ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਰਤੂਬਤ ਖੁਸਕ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਖਿਲਤਾਂ ਦਾ ਗੰਦਾਪਨ ਦੂਰ ਕਰਦੇ ਹੈਂ॥ ਪਰ ਏਹ ਬਾਤ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਖੁਸ਼ਬੂ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਧੁਖਾਵੇ ਤਾਂ ਅੰਗੀਠੀ ਬੀਮਾਰ ਕੋਲੋਂ ਦੂਰ ਰਖੇ ਅਰ ਧੂਆਂ ਬੀ ਬਹੁਤ ਨਾ ਕਰੇ ਕਿਬੀਮਾਰ ਧੂਏਂ ਨਾਲ ਨਾ ਘਾਬਰੇ ਗਜ਼ਾ ਜੋ ਛੇਤੀ ਹਜਮ ਹੋ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ ਅਰ ਗੰਦੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਕੁਬਤ ਪੈਦਾ ਕਰੇ ਓਹ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀਹੈ ਜੈ ਗਜ਼ਾ ਸਮਾਕ ਵਾਲੀਅਰਆਲੂ ਬੁਖਾਰੇ ਵਾਲੀ ਅਰ ਜਰਿਸਕ ਵਾਲੀ ਅਰ ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਕੁਬਤ ਘਟਗਈ ਹੋਵੇ ਓਥੇ ਕੁਕੜ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇਹੋਰ ਪੰਛੀ-ਆਂ ਦੇ ਸਲੂਨੇ ਨੂ ੁਧ ਕਰਕੇ ਦੇ ਸਕਤੇ ਹੈਂ ॥ ਯਾਦਗੀਰੀ

॥ ਵਬਾ ਦੇ ਮੌਸਮ ਵਿਚ ਜੋ ਤਾਜੀ ਆਦਮੀ ਹਨ ਉਨਾਂ ਨੂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਖਿਲਤਾਂ ਵਧੀਕ ਸਮਝੇ ਤਾਂ ਉਨਾਂ ਨੂ ਸੁਧਕਰਕੇ ਸਾਫਕਰੇਪਰਬਗੈਰ ਜਰੂਰਤ ਉਨਾਂ ਨੂ ਬਾਹਰ ਨਾ ਕੱਢੇ। ਅਰ ਹਲਾਵੇ ਬੀ ਨਾ ਕਿਉਂਕਿ ਬਗੈਰਲੋੜ ਖਿਲਤਾਂ ਦਾ ਹਲਾਉਣਾਤਕਲੀਫਪਹੁੰਚਾਂਵਦਾਹੈ ਜੋ ਜੇੜੀਆਂ ਖਿਲਤਾਂ ਠਹਿਰੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਓਹ ਹਿਲ ਕੇ ਜੋਸ਼ ਖਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਰ ਤਬੀਅਤ ਨੂ ਕਮਜੋਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਇਸੇ ਵਾਸਤੇ ਨਿਕਾਲਣ ਕੋਲੋਂ ਬਠਾਉਣਾ ਚੰਗਾਹੈ॥ ਅਰ ਜੋ ਮੁਸਾਮ ਖੋਲਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜਾਂ ਹਨ ਜੈਸੇ ਬਹੁਤ ਮੇਹਨਤ ਅਰ ਬਹੁਤ ਭੋਗ ਅਰ ਹਮਾਮ ਆਦਿ ਕ ਸਭ ਦੁਖਦਾਇਕ ਹਨ ਸੋ ਇਨਾਂ ਕੋਲੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਏ

ਅਰ ਗਜ਼ਾ ਅਗੇ ਕੋਲੋਂ ਜਰਾਭੁਖਰਖਕੇ ਖਾਏ ਤਾ ਕਿ ਬੋਝ ਨ ਹੋਵੇ ਅਰ ਗੋਸਤ ਨੂ ਸੀਮਾਕਜ਼ਰਿਸ਼ਕ ਰੀਵਾਜ਼ਅਨਾਰਦਾਨਾ ਅੰਗੂਰ ਦਾ ਸਿਰਕਾ ਇਨਾਂ ਨਾਲ ਰਲਾਕੇ ਖਾਵੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਗੋਸਤ ਨਾਂ ਖਾਵੇ ਚੰਗਾ ਹੈ ॥ ਅਰ ਵਬਾਦੇ ਦਿਨ ਵਿਚਤਰੀ-ਆਕ ਮਸਰੂ ਦੀਤੂਸ ਹਿੰਗ ਇਨਾਂਦਾ ਖਾਨਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਨਫਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਕਈਆਂ ਹਕੀਮਾਂਦੇ ਖਿਆਲ ਮਜਬ ਕਾਲਾ ਸੁਹਾਗਾ ਮੁਰ ਕੇਸਰ ਤਿੰਨੇ ਬਰਾਬਰ ਕੁਟ ਛਾਨਕਰ੧ ਇਕ ਦ੍ਰਿਮਤਕ ਮਿਸਰੀ ਜਾਂ ਸਹਿਤ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ ਖਾਣਾਂ ਹਵਾ ਦੀ ਖਰਾਬੀ ਨੂ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਆਉਣ ਦਿੰਦਾ ਪਰ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਗਰਮ ਚੀਜਾਂ ਨੂ ਤਦ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦ ਹਵਾ ਸਰਦ ਹੋਵੇ ਅਰ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਦੀ ਮਿਜਾਜ ਬੀ ਸਰਦ ਹੋਵੇ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਗਰਮ ਚੀਜਾਂਕਦੀਨਹੀਂ ਵਰਤਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂਕਜੋਂਕਿਬਹੁਤਹੀਨੁਕਸਾਨਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਵਰਤ ਰਖਣਾ, ਭੁਖਿਆਂ, ਤਿਹਾਯਾਂਰਹਿਣਾ, ਸਰਾਬਸਾਗਭਾਜੀ ਖਾਣੀ ਤੇ ਦਾਣਾਫਕਾ ਜੋ ਓਸੇਹੀ ਸਾਲਦਾਪੈਦਾ ਹੋਇਆਹੋਵੇ ਇਨਾਂ ਸਭਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂਦਾ ਖਾਣਾਂ ਦੁਖ ਦਿੰਦਾਹੈ॥ ਅਰਪਾਣੀ ਨੂ ਪਕਾ ਕੇ ਪੀਵੇ ਜ਼ਾਂ ਨਹਿਰਾਂ ਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਵੇ ਅਰ ਖੂਹਾਂ ਦਾ ਅਰ ਤਲਾਵਾਂ ਦਾ ਅਰ ਮੀਂਹਦਾਪਾਣੀਪੀਣਾਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ ਕਜੋਂਕਿ ਹਵਾਦੇਵਿਗੜਿਆਂਹੋਇਆਂਪਾਣੀਬੀਵਿਗੜਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਹਵਾ ਦੀ ਖਰਾਬੀ ਫੈਲੀ ਹੋਈ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੰਗਲ ਦੀ ਹਵਾ ਕੋਲੋਂ ਘਰ ਦੀ ਹਵਾ ਚੰਗੀ ਹੈ ਜਾ ਜਿਥੇ

ਹਵਾਦੀ ਖਰਾਬੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਉਥੋਂ ਦੀ ਹਵਾ ਗੀਹੈਭਾਵੇਂਘਰ ਹੋਵੇ ਅਰ ਭਾਵੇ ਜੰਗਲ ਹੋਵੇ ॥ ਅਤ ਗੋਕਾਘ੍ਰਿਉ ਬਹੁਤਖਾਣਾ ਅਰ ਪਿੰਡੇ ਉਪਰਮਲਨਾ ਇਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਬਹੁਤਚੰਗਾਹੈ

ਮਾਕਾਲਾ ਤਪ ਹੁਸਬਾ ਤੇ ਜਦਰੀ ਕੇ ਬਿਆਨ ਵਿਚ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮਾਤਾ ਦੇ ਤਪ ਆਖਦੇ ਹਨ ॥

ਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਜਦਰੀ ਅਰ ਹੁਸਬਾ ਤੇ ਹਮੀਕਾ ਦਾ ਜਿਕਰ ਭਾਵੇਂ ਪਿੰਡੇ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਵਖਰੇ ਮਕਾਲੇ ਵਿਚ ਆਵੇਗਾ ਪਰੰਤੂ ਇਸ ਗਜਾ ਕਿ ਤਪਾਂਦੇ ਝਗੜੇ ਦਾ ਮੁਕਾਮ ਹੈ ਜੇੜੇ ਤਪ ਹੁਸਬਾ ਤੇ ਜਦਰੀ ਨੂ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਹਕੀਮਾਂ ਨੇ ਇਨਾਂ ਦਾ ਦਸਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਮਝਿਆ ਹੈ ਅਰ ਏ ਦੋਨੋ ਖੂਨ ਦੇ ਉਬਾਲ ਖਾਨ ਨਾਲ ਉਤਪਤਿ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਖਾਹ ਉਸਦਾ ਜੋਸ਼ ਖਾਨਾ ਤਬੀਅਤ ਕੇ ਬਿਗੜਨੇ ਨਾਲ ਹੋਵੇ ਜੈਸਾ ਕਿ ਲੜਕਪਨ ਕੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਖੂਨ ਦੇ ਪਕਨੇ ਸੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਜੋਂਕਿ ਲੜਕ ਪਨ ਮੈਂ ਖੂਨ ਕੱਚਾ ਅਰ ਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਗਰਮ ਵਾ ਤਰ ਚੀਜ਼ ਕਾ ਪਕਨਾ ਹਾਲ ਬਦਲਨਾ ਬਗੈਰ ਇਸ ਗਲ ਕੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਕਿ ਜੋਸ ਖਾਏ ਅਰ ਖੂਨ ਜਦ ਜੋਸ ਮੈਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਕਸਰ ਏ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਿੰਡੇਪਰ ਫਿੰਨਸੀਆਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਰ ਐਸਾ ਘਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਖੂਨ ਜੋਸ ਮਾਰੇ ਅਰ ਪਕ ਜਾਏ ਪਿੰਡੇ

ਪਰ ਫਿਮਣੀਆਂ ਨਾ ਨਿਕਲਨ ਜੈਸਾ ਕਿ ਬਾਜਿਆਂ ਲੜ ਕਿਆਂ ਵਿਚ ਇਸ ਕਾ ਹਾਲ ਦੇਖਨ ਵਿਚ ਆਇਆਹੈ ਅਰ ਖਾਹ ਉਸਦਾ ਜੋਸ ਮਾਰਨਾ ਤਬਈ ਤੌਰ ਪਰ ਹੋਵੇ ਜੈਸਾ ਕਿ ਹੋਰਨਾਂ ਸਰੀਰਾਂ ਵਿਚ ਖਾਰਜੀ ਸਬਬਾਂ ਸੇ ਯਾ ਦਾਖਲੀ ਸਬਬਾਂ ਸੇ ਖਿਲਤਾਂ ਦਾ ਜੋਸ ਜਾਹਿਰ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ ਅਰ ਏ ਦੋਨੋ ਤਪ ਵਬਾ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚੋਂਹੈ ਯਾਨੇ ਜਦ ਕਿਸੀ ਵਲਾਇਤ ਮੈ ਜਾਹਿਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਫਸਦ ਵਿਚ ਬੜੀ ਖਲਕਤ ਇਸ ਰੋਗ ਵਿਚ ਪਕੜੀ ਗਈ ਹੈ ਅਰ ਫਰਕ ਏਨਾਂ ਦੋਨਾਂ ਵਿਚ ਯੇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦਹੀ ਜਿਸਨੂ ਆਬਲੀਆ ਅਰ ਤਰ-ਕਾਨ (ਜਿਸਨੂ ਵਡੀ ਮਾਤਾ) ਅਰ ਚੀਚਕ ਆਖਦੇ ਹਹ ਉਸ ਦਾ ਮਾਦਾ ਖੂਨ ਗਰਮ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਰਤੂਬਤ ਨਾਲ ਮਿਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਏਸੇ ਵਾਸਤੇ ਏਸਦਾ ਦਾਨਾ ਬੜਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕੇ ਜਿਸਤਰਾਂ ਵਡੇ ਮਸਰਾਂ ਦੇ ਦਾਣੇ ਯਾ ਉਸ ਕੋਲੋਂ ਬੀ ਵਡੇ ਅਰ ਸਰੀਰ ਉਤੇ ਉਭਰੇ ਹੋਏਅਰਛੇਤੀ ਪਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਰ ਪਹਿਲੋਂ ਲਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਜਦ ਮਾਦਾ ਪਕਜਾਨ ਲਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਚਿਟੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਦੀ ਪਹਿਲੇ ਹੀ ਸੁਫੈਦ ਜਾਂ ਪੀਲੇ ਜਿਹੇ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ ਅਰ ਉਂਦਵੀਮੋਟੇਘਟ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ ਅਰ ਦੂਰ੨ ਵਿਚ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਏਹ ਬਹੁਤ ਚੰਗੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈਪਰ ਜੇਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਉਪਰ ਨਿਕਲਣ ਅਰ ਛੇਤੀ ਪਕਜਾਣ ਅਰ ।ਕਦੀ ਦਾਣੇ ਕਰਾਂ ਵਾਲੇ ਅਰ ਆਪਸ ਵਿਚ ਰਲੇ ਹੋਏ ਅਰ ਮੋਟੇ

ਮੋਟੇ, ਬਹੁਤ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ ਅਰ ਉਨਾ ਦਾ ਰੰਗ ਬੀ ਕਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕੁਝਕ ਲਾਲੀ ਦੀ ਭਾ ਮਾਰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਛਾਤੀ ਅਰ ਢਿਡ ਪਰ ਬਹੁਤ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ ਅਰ ਨਿਕਲਣ ਵਿਚ ਬੀ ਅਰ ਪਕਣ ਵਿਚ ਬੀ ਚਿਰ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ ਸੋ ਏਹ ਸਭ ਨਿਸ਼ਾਨ ੰਗੇ ਨਹੀ ਹੁੰਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਨਾ ਵਿਚ ਖਤਰਾ ਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਇਨਾਂ ਦਾਣਿਆਂ ਵਿਚੋ ਖੂਨ ਚੋਵੇ ਅਰ ਪਹਿਲੋਂ ਮਾਤਾ ਨਿਕਲੇ ਤੇ ਪਿਛੋਂ ਤਪ ਚੜ੍ਹੇ ਤਾਂ ਬੀ ਖੋਟੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ ਅਰ ਏਸੇ ਹੀ ਤਰਾਂ ਜੇਕਰ ਮਾਤਾ ਹਟ ਜਾਵੇ ਅਰ ਤਪ ਨਾ ਉਤਰੇ ਤਾਂ ਬੀ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਅਰ ਕਈ ਦਾਣੇ ਦੂਹਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹੈਨ ਜੈਸੇ ਇਕ ਦਾਣੇ ਵਿਚੋ ਇਕ ਹੋਰ ਦਾਣਾ ਅਰ ਹੁਸਬਾ ਜਿਸ ਨੂ ਖਸਰਾ ਆਖਦੇ ਹਨ ਉਸਦਾ ਮਾਦਾ ਖੂਨ ਸਫਰਾਵੀ ਬੜਾ ਖਰਾਬ ਖੁਸ਼ਕੀ ਵਾਲਾਹੁੰਦਾਹੈਏਸੇ ਕਰਕੇ ਉਸਦੀਆਂ ਫਿਮਣੀਆਂ ਛੋਟੀਆ ਛੋਟੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸਤਰਾਂ ਬਾਜਰੇ ਯਾਂ ਖਸਖਾਸ ਦੇ ਦਾਣੇ ਅਰ ਭਰੇ ਹੋਏ ਨਹੀ ਹੁੰਦੇ ਅਰ ਪਾਕ ਬੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ ਸਗੋਂ ਜਦ ਹਛੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਖਰੀਂਡ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਰ ਬੂਰੇ ਵਾਕਰ ਛਿਲਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਰ ਜਦ ਫਿਮਣੀਆਂ ਉੱਗਣ ਦੀ ਉਮੈਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਉਪਰ ਲਾਲ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੇ ਧੱਫੜ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਫਿਰ ਪਿਛੋਂ ਦਾਣੇ ਨਿਕਲ਼ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਰ ਹੁਸਬਾ ਜਦਰੀ ਕੋਲੋਂ ਬੜਾ ਡਾਢਾ ਹੁੰਦਾਹੈ ਅਰ ਮਾਰ ਬੀ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਕਾਲੇ ਰੰਗ ਦਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਸਖਤ

ਅਰ ਬਨਫਸਾ ਦੇ ਫੁਲ ਵਰਗਾ ਰੰਗ ਅਰ ਚਿਰ ਪਿਛੋਂ ਤੇ ਔਖਿਆਈ ਸੇ ਪੱਕੇ ॥ ਅਰ ਜੇ ਗਸ਼ੀ ਅਰ ਗਮਘੜੀਮੁੜੀ ਪੈਦਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਭੀ ਬੁਰਾ ਹੈ ॥ ਅਰ ਏਸੇ ਤਰਾਂ ਜੇੜੇ ਦਾਣੇ ਛੇੜੀ ਹੀ ਨਿਕਲਕੇ ਅੰਦਰ ਵੜ ਜਾਣ ਅਰ ਪਿਛੋਂ ਗ ੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਓਹ ਭੀ ਬੁਰੇ ਹਨ ਅਰ ਹੁਸਬਾ ਦੇ ਜਦਰੀ ਵਿਚ ਚੰਗੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਏਹ ਹਨ ਕੇ ਸਾਸ ਖੁਲੇ ਅੱਗੇ ਵਰਗੇ ਹੀ ਆਉਣ ਅਰ ਅਕਲ ਹੋਸ਼ ਟਿਕਾਨੇ ਰਹੇ ਅਰ ਭੁਖ ਤੇਹ ਬਣੀ ਰਹੇ ॥

ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਤਪ ਜਦਰੀ ਤੇ ਹੁਸਬੇ ਦੀਆਂ ॥

ਪਿੱਠ ਵਿਚ ਦਰਦ ਨੱਕ ਵਿਚ ਖੁਰਕਅਰਹਿਝੁਵਗਣੇ ਅਖੀ ਆਂ ਲਾਲ ਸਿਰ ਪੀੜ ਸਰੀਰ ਅਰ ਸਿਰ ਭਾਰਾ ਅਤੇਜੋ ਤਪ ਮੁਤਬਕਾ ਖੂਨੀ ਦੀਆਂ ਨਿਸਾਨੀਆਂ ਲਿਖੀਆਂਹਨਓਹ ਸਭ ਹੋਣ ਅਰ ਨੀਂਦ ਵਿਚ ਬੜਾਉਣਾ ਅਰ ਜਦ ਪਿੱਠਦੇਭਾਰ ਲੇਟੇ ਤਾਂ ਪੈਰ ਕੰਮਣ ਲਗ ਜਾਣ ਅਰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਜਿਲਦ ਨੂ ਜਲਣ ਅਰ ਚੁਭਕ ਮਾਲੂਮ ਹੋਵੇ ਅਰ ਕਈਆਂ ਨੂ ਖੰਘ ਬੀ ਆਉਣ ਲਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਅਰ ਗਲ ਵਿਚ ਪੀੜ ਅਰ ਸਾਹ ਤੰਗੀ ਨਾਲ ਆਉਣਾਂ ਅਰ ਆਵਾਜ ਬੈਠ ਜਾਣੀ ॥ ਅਰੀ ਹੁਸਬਾ ਤੇ ਜਦਰੀ ਦੇ ਤਪਾਂ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਏਹਹੈ ਕਿ ਜਦਰ ਦਾ ਤਪ ਹੁਸਬੇ ਕੋਲੋਂ ਤੇਜ਼ ਚੜਦਾ ਹੈ ਅਰ ਹੁਸਬੇ ਵਿਚ ਬੇਕਰਾਰੀ ਵਧੀਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਰ ਪਿੱਠ ਪੀੜਘਟਅਰ ਆਸੇ ਪਾਸੇ ਮਾਰਨੇ ਅਰ ਉਬਾਕ ਬਹੁਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੁਸਬਾ

ਵੇਲੇ ਹੀ ਨਿਕਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜਦਰੀ ਬ ਿਛੇਤੀ ਨਿਕਲੇ ਤਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਨਹੀਂ ਤਾਂਸਤਾਂਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ॥ ਇਲਾਜ ॥ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਏ ਤਪ ਪਰਗਟ ਹੋਵੇ ਅਰ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਖੂਨ ਵਧੀਕ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨਾੜੀ ਬਾਸਲੀਕ ਯਾ ਅਕਹਲ ਯਾ ਕੀਫਾਲ ਖੋਲੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਫਿਰ ਭੀ ਖੂਨ ਬਹੁਤਾ ਹੋਵੇ ਅਰਗਲਰੋਕਣ ਵਾਲੀ ਨਾਂਹੋਵੇਤਾਂਏਤਨਾਂ ਖੂਨ ਨਿਕਾਲੇ ਜੋ ਗਸ਼ ਪੈ ਜਾਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਖੂਨਬਹੁਤਾਨਿਕਲਨਾ ਅੱਛਾ ਹੈ ਅਰ ਘਟ ਨਿਕਲਨਾ ਬਹੁਤੀ ਲੋੜ ਵੇਲੇ ਸਗੋਂਦੁਖ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਬਾਤ ਫਸਦ ਨੂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਪੱਛ ਲੁਆਵੇ ਯਾ ਜੋਕਾਂ ਲੁਆਵੇ ॥ ਅਤੇ ਹੁਬਸੇ ਦੇ ਤਪ ਵਿਚ ਚੰਗਾ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤਪ ਬੜਾ ਗਰਮ ਅਰ ਮੂੰਹ ਕੌੜਾ ਗਰ ਅੱਖੀਆਂ ਪੀਲੀਆਂ ਅਰ ਪੇਸਾਬ ਦਾ ਰੰਗ ਅਗ ਵਰਗਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪਹਿਲੇ ਮੁਲਾਇਮ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਥੋੜਾਜੇਹਾ ਸਫਰਾ ਘਟ ਕਰ ਦੇਵੇ ਅਰ ਜੇ ਤਬਾ ਮੁਲੈਮ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਾਦੇ ਦੇ ਬਠਾਉਣ ਵਿਚ ਹਿੱਮਤ ਕਰੇ ਅਰਫਸਦ ਨਾ ਕਰੇ ਅਰ ਬਾਰਾਂ ਵਰਿਆਂ ਤੋਪਹਿਲਾਂਫਸਦਕਰਨਾਨਹੀਂਚਾਹੀਦਾ ਅਰ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਜਿਸਦੀ ਉਮਰ ਇਕ ਵਰ੍ਹੇ ਦੀ ਨਾਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪੱਛ ਨਹੀਂ ਲੁਆਵਣੇ ਚਾਹੀਏ ॥ ਅਰ ਜਦ ਖੂਨ ਨਿਕਲੇ ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਜੋਸ਼ ਨੂ ਦੇਖੇ ਕਿ ਜੋਸ਼ ਬਹੁਤ ਹ ਯਾ ਨਹੀਂ ਸੋ ਜੇਕਰ ਜੋਸ਼ਬਹੁਤ ਦੇਖੇ ਤਾਂ ਜੇ ੀਆਂ ਚੀਜਾਂਖੂਨਨੂ ਗਾੜਿਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਹਨ ਅਰ ਜੋਸ਼ ਬਠਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹਨ

ਖੁਆਵੇ ਤਾਕਿ ਉਸਦੇ ਮਾਦੇ ਦਾ ਕੁਛਕ ਜੋਸ਼ ਬੈਠਜਾਵੇਰਅ ਜੇਕਰ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਜੋਸ਼ ਬਹੁਤ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖ਼ੂਨ ਗਾੜ੍ਹੇ ਅਰ ਠੰਢੇ ਕਰਨ ਦੀ ਕੁਛ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਅਰਜਦਮਾਤਾਵਿਚ ਅਰ ਖਸਰੇ ਵਿਚ ਦਾਣੇ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦੇ ਤਾਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਖ਼ੂਨ ਨੂ ਗਾੜ੍ਹਾ ਕਰਨਾ ਅਰ ਠੰਢਿਆਂ ਕਰਨਾ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਜਦ ਖ਼ੂਨਜੋਸ਼ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤਬੀਅਤਨੂੰ ਮਾਦਾਦਫਾਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਮਦਦ ਦੇਂਦਾ ਹੈ॥ ਅਰ ਅਜੇਹੇ ਵੇਲੇ ਵਿਚ ਠੰਡਾ ਕਰਨੇ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਯਤਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂ ਸੁਢੇਤੇ ਫਿਰਨੇ ਸੇ ਅਰ ਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਸੇ ਮਨਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਰ ਜਿਸਤਰਾਂ ਨਾਲ ਹੋਸਕੇ ਸਰਦਾਈ ਵਿਚ ਯਤਨ ਨਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਏ ਖਾਸਕਰ ਜੇਕਰ ਸਬਬ ਸਫਾਈ ਦਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਲਾਇਕ ਯੇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਤਪ ਵਿਚ ਤਬਾ ਨੂ ਨਰਮ ਨਾ ਕਰੇ ਪਰ ਤਪ ਹੁਸਬੇ ਵਿਚ ਕਿ ਸਫਰਾ ਦਾ ਬੜਾ ਜੋਰ ਹੋਵੇ ਅਰ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਕਬਜੀ ਹੋਵੇ ਯਾ ਆਬਲੇ ਕੇ ਤਪ ਵਿਚ ਜੋ ਬਲੀਦੀਆਂ ਕੇ ਕੰਬੀਲੇ ਦੇ ਵਿਚੋਂ ਹੈ॥ ਯਾਨੇ ਸ਼ਰੀਰ ਵਿਚ ਭਰਪੂਰੀ ਹੋਨੀ ਪਰੰਤੂ ਪਿੰਡੇ ਦਾ ਰੰਗ ਨਿਹਾਇਤ ਲਾਲ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਤਪ ਭਾਰਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਬਹੁਤਾ ਅਗ ਵਰਗਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਨਬਜ ਲਹਿਰ ਵਾਕਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਗਲ ਵਿਚ ਬਰਾਬਰੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਬਲਕਿ ਤਪ ਬਲਦੀਆਂਵਿਚ ਫਸਦ ਦੀ ਪ੍ਰਟ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਦਸਤਾਂਦੀ ਬਹੁਤ ਅਰ ਜੇ ਕੁਛਕਿਫਸਦ ਅਰ ਸਰ

ਦਾਈ ਅਰ ਖ਼ੂਨ ਨੂ ਗਾੜ੍ਹਾ ਕਰਨਾ ਅਰ ਤਬਾਦੀ ਬਰਾਬਰੀ
ਦਾ ਬਿਆਨ ਆਇਆਹੈ ਧੋ ਉਸ ਵੇਲੇ ਤਕਹੈ ਕਿ ਆਬਲਾ
ਅਰ ਹੁਸ । ਨਜਰਨਾ ਆਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਜਦ ਦਿਸਨ ਲਗ
ਪਵੇ ਤਾਂਸਰਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਤੇ ਗਾੜ੍ਹਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ
ਅਤੇ ਮੁਲੈਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਨਾਲ ਪਰਹੇਜ ਵਾਜਬ ਹੈ
ਇਸਲੀਏ ਕਿ ਧੌਂ ਸਬਗਲਾਂ ਤਬੀਯਤ ਕੇ ਇਰਾਦੇ ਸੇ ਉਲ
ਟੀਆਂ ਹੈਨ ਅਰ ਫਸਦ ਦੇ ਪਛ ਭੀ ਮਨੇ ਹੈਨ ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ
ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ੋਰ ਹੈ ਅਰ ਜੁਵਾਨੀ ਦੀ ਉਮਰ ਅਰ ਸੁਭਾ
ਉ ਅਰ ਹਾਲ ਮੁਆਫਿਕ ਹੋ ਕਿ ਇਸ ਸੂਰਤ ਵਿਚ ਫਿਮ
ਣੀਆਂ ਦਿਸਨ ਫਸਦ ਕਰਨਾ ਅਰ ਕੁਛ ਖ਼ੂਨ ਕਢਨਾ
ਚੰਗਾਹੈ ਕਿ ਬੀਮਾਰ ਹਲਕਾ ਹੋਜਾਵੇ ਅਰ ਮਾਤਾ ਕੁਛਕ
ਘਟ ਹੋਜਾਵੇ ਅਰ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਫਿਮ
ਣੀਆਂ ਉਗਣ ਲਗਣ ਤਾਂ ਬੀਮਾਰ ਦੇ ਸ਼ਰੀਰ ਨੂ ਨਰਮ
ਅਰ ਗਰਮ ਕਪੜਿਆਂ ਨਾਲ ਢਕ ਦੇਵੇ ਅਰ ਮਕਾਨ ਦੀ
ਹਵਾ ਮੁਅਤਦਿਲ ਕਰੇ ਕਿ ਮੁਸਾਮ ਖੁਲੇ ਅਰ ਥੋੜਾ ਮੁੜਕਾ
ਆਏ ਅਰ ਬੀਮਾਰ ਨੂ ਫਿਮਣੀਆਂ ਸੁਖਾਲੀਆਂ ਨਿਕਲਨ
ਅਰ ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਠੰਢੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਘੁਟ ਘੁਟ ਦੇਣਾ ਤੇ
ਚੰਨਣ ਕਾਫੂਰ ਸੰਘਾਉਣਾ ਦਿਲ ਨੂ ਕੁਵਤ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਅਰ
ਮਾਦੇਨ ਸ਼ਰੀ ਦੇ ਬਾਹਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ
ਅਰ ਏਸੇ ਤਰਾਂ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਫਿਮਣੀਆਂ ਨਿਕਲਨ ਦੇ ਲਛ
ਣ ਜਾਹਿਰ ਹੋਨ ਉਸਵੇਲੇ ਚੰਗਿਆਂ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਨੀ

ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਜੈਸੇ ਅਖੀਆਂ ਅਰ ਨੱਕ ਅਰ ਕੰਨ ਅਰਫਿਫੜਾ ਤੇ ਆਦ੍ਰਾਂ ਤੇ ਤਾਲੂ ਅਰ ਗੋਡੇ ਆਦਿਕ ਤਾਕਿ ਇਨਾਂ ਵਿੱਚ ਫਿਮਣੀਆਂ ਨਾ ਨਿਕਲਣ ਅਰ ਇਨਾਂ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਵੇਰਵੇ ਨਾਰ ਦਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ॥

ਅਰ ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਕਿ ਮਾਦਾ ਗੰਦਾ ਯਾ ਮੁਸਾਮ ਬੰਦ ਹੋਨ ਸੋ ਗੰਦ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਤਾਂ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਛਾਤੀ ਪਰ ਅਰ ਉਸਦੇ ਉਦਾਲੇ ਫਿਮਣੀਆਂ ਬਹੁਤੀਆਂ ਨਿਕਲਣ ਅਰ ਦੂਸਰੀ ਜਗਾ ਘਟ ਅਰ ਚੌਥਾ ਦਿਨ ਭੀ ਲੰਘ ਜਾਏ ਅਜੇਤਕ ਸਾਰੇ ਆਬਲੇ ਤੇ ਹੁਸਬਾ ਨਜਰ ਨਾ ਆਵੇ ਅਰ ਮੁਸਾਮ ਬੰਦ ਹੋਨ ਦੇ ਲਛਣ ਜਿਲਦ ਮੈ ਖਸੂਨਤ ਕਾ ਹੋਨਾ ਅਰਮੁੜਕਾ ਘਟਆਉਨਾ ਅਰ ਚਿਰਕੀਆਂ ਫਿਮਣੀਆਂ ਨਿਕਲਨੀਆਂ॥

ਪਸ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਮਾਦੇ ਗੰਦੇਕੀ ਬਾਰੀਕੀ ਅਰ ਮੁਸਾਮਾ ਨੂ ਖੋਲਨਾ ਕਰੇ ਉਸਦੀ ਤਦਬੀਰ ਖੋਲਨਦੀਏਹੁਹੈ ਕਿ ਰੋਗੀ ਦੇ ਹਾਲ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਕਰੇ ਕਿ ਉਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਦਰਜੇ ਦੀ ਗਰਮੀ ਹੈ ਓਸ ਮੂਜਬ ਇਲਾਜ ਕਰੇਜੈਸੇ ਜੇਕਰਨਬਜ ਅਰਨਫਸ ਤਬਈ ਹਾਲ ਪਰ ਹੈ ਅਰ ਗ ਅਰ ਗਰਮੀ ਅਰ ਸਦਮਾ ਅੰਦਰ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਨਹੀਂ ਅਰ ਜਬਾਨ ਕਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਤਾਂ ਚਾਹੀਏ ਜੋ ਮਕਾਨ ਦੀ ਹਵਾ ਨੂ ਕੁਛਕ ਗਰਮ ਕਰੇ ਅਰ ਠੰਢਾ ਪਾਨੀ ਨਾ ਦੇਵੇ ਅਰ ਕੋਈ ਸਰਦ ਚੀਜ ਨਾ ਸੁਘਾਵੇ ਅਰ ਲੋੜ ਵੇਲੇ ਸਜਰਾ ਪਾਨੀ ਦਿਤੀ ਜਾਵੇ ਅਰ ਕਦੀ ਕਦੀ ਗਰਮ ਪਾਨੀ

ਪਿਲਾਵੇ ਯਾ ਹਰੀ ਸੌਂਫਦਾ ਪਾਨੀ ਯਾਹਰੇਕਰਫਸਦਾਪਾਨੀ ਯਾ ਹਰੀ ਮਕੋ ਦਾ ਪਾਣੀ ਅਰ ਖੰਡ ਪਿਲਾਨੀ ਨਫਾਕਰਦੀ ਹੈ ॥ ਅਰ ਜੇੜੀਚੀਜ ਕਿ ਨਿਹਾਇਤ ਫਾਇਦੇ ਮੰਦ ਹੈ ਏਹੁ ਹੈ ਲਾਖ ਧੋਤੀ ਹੋਈ ਚਾਰ ਦਿਰਮ ਮਸਰਾਂ ਦੀ ਦਾਲ ਸਤ ਦਿਰਮ ਕਤੀਰਾ ਤਿੰਨ ਦਿਰਮ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭਨਾਂ ਨੂ ਇਕ ਪਿਆਲੇ ਭਰ ਪਾਨੀ ਵਿਚ ਪਕਾਵੇ ਜਦ ਅਧਾ ਬਾਕੀ ਰਹੇ ਸਾਫ ਕਰੇ ਅਰ ਦੇਵੇ ਜੇਕਰ ਇਸ ਕਾੜ੍ਹੇ ਵਿਚ ਦੋ ਦਿਰਮ ਗੁਲਾਬ ਅਰ ਅੰਜੀਰ ਕੇ ਸਤ ਦਾਨੇ ਅਰਦੋਇ ਦਿਰਮ ਸੌਫ ਅਰ ਮੁਨਕਾ ਸਮੇਤ ਗਿਟਕਾਂ ਦੇ ਦਸ ਦਾਨੇ ਵਧਾਵੇ ਚੰਗਾ ਹੈ ਔਰ ਜੇ ਕਰ ਸਿਰਫ ਅੰਜੀਰ ਪਾਨੀ ਮੈ ਪਕਾਏ ਅਰ ਥੋੜਾ ਜੇਹਾ ਕੇਸਰ ਮਿਲਾ ਕਰ ਦੇਵੇ ਫਾਇਦਾ ਕਰਤਾ ਹੈ ਅਰ ਅੰਜੀਰ ਦਾ ਸੁਭਾਉ ਹੈ ਕਿ ਮਾਦੇ ਨੂ ਬਾਹਰ ਲੇ ਪਾਸੇ ਨਿਕਾਲਦੀ ਹੈ ਅਰ ਫਿੰਮਣੀਆਂ ਦੇ ਦੇਖਣੇ ਅਰ ਮੁਸਾਮਖੋਲਨੇ ਵਾਸਤੇਗਰਮਪਾਨੀਰੋਗੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂਰਖਣਾਂਬ-ਹੁਤ ਨਫਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸਦਾ ਤਰੀਕਾਏਹਹੈ ਕਿਬੀਮਾਰਨੂ ਬਠਾਵੇ ਅਰ ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਪਾਨੀ ਕੇ ਦੋ ਪਿਆਲੇ ਉਸਦੇਹੇ ਠਾਂ ਰਖੇ ਅਰ ਕਪੜਾ ਆਗੇ ਪੀਛੇ ਦੁਰੁਸਤ ਕਰੇ ਅਰ ਉਸ ਕਪੜੇ ਪਰ ਦੂਸਰਾ ਕਪੜਾ ਪਾਵੇ ਅਰ ਇਕ ਗਾੜ੍ਹਾ ਕਪੜਾ ਗਿੱਚੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਉਦਾਲੇ ਪਾ ਦੇ ਤਾਕਿਉਸਦਾ ਬੁਖਾਰ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਕੋ ਲਗੇ ਅਰ ਮੂਹ ਅਰਸਿਰ ਤਕਨਾ ਪਹੁੰਚੇ ਪਰ ਜੇਕਰ ਨਬਜ ਅਰ ਨਪਸ ਔਖੇ ਹੋਨ ਅਰ ਗਸ਼

ਅ'ਰ ਗਰਮੀ ਖੁਲਕੇ ਅਰ ਜੁਬਾਨ ਵਿਚ ਸਿਆਹੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਕੋਈ ਚੀਜ ਗਰਮ ਨਾ ਦੇਵੇ ਅਰ ਪਹਿਲੀ ਤਦਬੀਰਾਂ ਪਰ ਬਸ ਕਰੇ ਯਾਨੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਕਪੜਾ ਰਖੇ ਅਰ ਮਕਾਨ ਦੀ ਹਵਾ ਮੁਅਤਦਿਲ ਕਰੇ ਅਰ ਸਰਦ ਪਾਨੀ ਘੁਟ ਘੁਟ ਦੇਵੇ ਅਰ ਸਰਦ ਖ਼ੁਸਬੋਆਂ ਸੁੰਘਾਏ ਅਰ ਇਸੀਤਰਾਂਜੇਕਰ ਗਰਮ ਪਾਨੀ ਨਾਲਮੁੜਕਾ ਲਿਆਵੇ ਜਿਸਤਰਾਂ ਨਾਲਦਸਿ ਆ ਹੈ ਚੰਗਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸੇਤਰਾਂ ਪਰ ਚਾਹੀਏ ਕਿਬੇਕਰਾਰੀ ਅਰ ਸ੍ਵਾਸਾਂ ਵਿਚ ਤੰਗੀ ਬਹੁਤ ਨਾ ਹੋਵੇ ਔਰ ਐਸਾ ਹਾ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਫਿੰਮਣੀਆਂ ਦਿਸਨ ਅਰ ਅੰਦਰਲੇ ਪਾਸੇ ਦਬਨੇ ਲਗੇ ਅਰ ਲੁਕ ਜਾਨ ਯੇ ਬਹੁਤ ਬੁਰਾ ਹੈ ਚਾਹੀਏਕਿ ਤਬੀ ਯਤ ਕੋ ਕੁਵਤ ਦੇਵੇ ਕਿ ਮਾਦਾ ਅੰਦਰ ਨਾ ਜਾ ਸਕੇ ਅਰਇ ਸ ਕੰਮ ਦੇ ਵਾਸਤੇ ਜੋਕੁਝਫਿੰਮਣੀਆਂ ਛੇਤੀ ਨਿਕਲਣੇਵਿਚ ਆਖਿਆ ਹੈ ਚੰਗਾਹੈ ਅਰ ਹਰੀਸੌਂਫਦਾਪਾਨੀਯਾ ਸੁਕੀਹੋਈ ਅਰ ਕਰਫਸ ਦੇ ਬੀਜ ਦਾ ਪਾਨੀ ਤਰ ਯਾ ਖੁਸਕਇਕਲਾ ਯਾ ਦੋਨੋ ਮਿਲਾਕਰ ਪਿਲਾਨਾ ਨਫਾ ਕਰਤਾ ਹੈ ॥ ਫਾਇਦਾ॥ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਕਿਆਛਲੇ ਯਾ ਹੁਸਬੇ ਵਿਚ ਖੁਲਕੇ ਗਰਮੀਹੋਵੇ ਅਰ ਕਪੜੇ ਉਤੇ ਲੈਣ ਨਾਲ ਨਤਾਕਤ ਯਾ ਗਸ਼ੀਪੈਦਾਹੋ ਵੇ ਪਉਣ ਠੰਢੀ ਕਰੇ ਅਰ ਕਾਫੂਰ ਤੇ ਸੰਦਲ ਸੁੰਘਾਏ ਪਰ ਸਰੀਰ ਨੂ ਢਕੀ ਰਖੇ ਕਿ ਦੋਨੋ ਗਲਾਂ ਮਿਲ ਜਾਨਯਾਨੇ ਠੰ- ਢੀ ਹਵਾ ਨੱਕ ਵਿਚ ਜਾਨ ਵਾਸਤੇ ਅਰ ਸਰਦਾਈਆਂ ਦੇ ਸਬਬ ਅੰਦਰਲੀ ਗਰਮੀ ਨੂ ਆਰਾਮ ਆਵੇ ਅਰ ਦਿਲਗ

ਗਰਮ ਨਹੋਵੇਸਰੀਰਪਰਗਰਮਕਪੜੇਕੇਰਖਨ ਨਾਲ ਮੁਸ ਮ
ਬੰਦ ਨਾ ਹੋਨ ਅਰ ਜੇਕਰ ਹਵਾ ਦੀ ਦਰੁਸਤੀ ਕਰੇ ਅਰ
ਸਰਦ ਖ਼ਸ਼ਬੋਆਂ ਸੁੰਘਾਵੇ ਫਿਰਬੀ ਰਹਿਤੀ ਕਹੀਏ ਅਰਾਮ
ਨਾ ਆਵੇ ਕਦੀ ੨ ਸੀਨਾ ਅਰ ਦਿਲ ਦੀ ਜਗਾ ਪਰ ਕਪ
ੜਾ ਹਲਕਾ ਕਰ ਦੇਵੇ ਅਰ ਪਰਹੇਜ ਕਰੇ ਕਿ ਸਿਵਾ ਇਸ
ਜਗਾਦੇਹੋਰ ਕਿਤੇ ਸਰਦੀ ਨਾਪਹੁਚੇ ਅਰ ਜਦਕਿ ਫਿੰਮਣੀ
ਆਂ ਨਿਕਲ ਆਉਣ ਅਰ ਬੇ ਕਰਾਟੀ ਅੰਦਰਲੀ ਗਰਮੀ
ਘਟ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਜ਼ਬਾਨ ਕਾਲੀ ਹੋਵੇ ਇਨਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਤੋਂ
ਬਿਨਾ ਸਰੀਰ ਦਾ ਗਰਮ ਰਖਨਾ ਬੜੀ ਭੁਲ ਹੈ ॥ ਅਰ
ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਕਿ ਗਸ਼ੀ ਪੈਜਾਏ ਦਿਲਦੀ ਰਿਆਇਤਅਰਇ
ਲਾਜ ਗਸ਼ੀ ਕੇਸਿਵਾ ਹੋਰਕੁਛਫਿਕਰ ਨਾਕਰੇਅਰਜਦਮਾਤ।
ਤੇ ਖਸਰਾ ਸਾਰਾਨਿਕਲ ਆਵੇ ਸਰਦ ਸ਼ਰਬਤ ਲੋੜ ਮੂਜਬ
ਦੇਵੇ ਅਰ ਜਿਨਾਂ ਚਿਰ ਗਰਮੀ ਅਰ ਕੁਵਤ ਦੀ ਨਤਾਕਤ
ਕਾ ਅਸਰਹੈ ਪਰਹੇਜ ਨਾ ਛਡੇ ਕਿ ਬੀਮਾਰੀ ਮੁੜ ਨਾ ਆ
ਜਾਏ ਅਰ ਇਕ ਵਖਰੀ ਫਸਲ ਵਿਚ ਖਾਨ ਪੀਨ ਦੀ ਬਿਧ
ਲਿਖਾਂਗੇ ॥ ਅਰ ਸਮਝਣਾਂ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਖਸਰੇ ਦੇਅੰਤਮੈਦ
ਸਤਾਂ ਦਾ ਬੜਾ ਡਰਹੈ ॥ ਸੋ ਜੇਕਰਆਬਲਾ ਅਰਹੁਸਬੇ ਕੇ
ਅੰਤ ਮੈ ਪੇਟ ਨਰਮ ਹੋ ਸ਼ਰਬਤ ਹੁਬੇਲਾਸ ਅਰ ਕਿਕਰਦਾ
ਗੂੰਦ ਅਰ ਗਿਲਇਰਮਨੀ ਅਰ ਹੁਰਸਤਬਾਸੀਰ ਕਬਜਕ
ਰਨਵਾਲਾ ਅਰਬਬੀਹਆਦਿਕ ਨਾਲ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਵੇ ਅਰ
ਜੇਕਰਦਸਤਖੂੰਨੀਹੋਨ ਤਾਂ ਰਬਤ ਅੰਜਬਾਰ ਆਦਿਕਨਾਲ

ਇਲਾਜ ਕਰੇ ਪਰ ਜੇਕਰ ਖੂਨ ਨਿਰੋਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬਚਨ ਦੀ ਉਮੈਦ ਨਹੀ ਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਕਬਜ ਦਵਾਵਾਂ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਮੌਜ ਪੈਦਾ ਕਰਤਾ ਹੈ ਅਰ ਬਡ਼ੀ ਛੇਤੀ ਮਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਇਸ ਮਰਜ ਵਿਚ ਨਕਸੀਰ ਛੁਟੇ ਜਿਨਾ ਚਿਰ ਸਾਫ ਲੋਹੂ ਨਾ ਹੋਵੇ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੇ ਪਰ ਜਦ ਨਤਾਕਤ ਪੈਦਾ ਕਰੇ ਝਟ ਪਟ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਵੇ ਕਿ ਉਸਦੀ ਜਿਆਦਤੀ ਵਿਚ ਡਰ ਹੈ ਅਰ ਨੱਕ ਸੀਰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਦਵਾਵਾਂ ਉਸਦੀ ਫਸਲ ਵਿਚ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ ਅਰ ਇਕ ਬਤੀ ਸਿਆਹੀ ਵਿਚ ਭਰਕੇ ਚਕੀ ਦੀ ਗਰਦ ਉਸਪਰ ਡਾਲ ਕਰ ਨੱਕ ਵਿਚ ਰਖੇ ਨੱਕ ਸੀਰ ਬੰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਰ ਰੂਈ ਦੀ ਬਤੀ ਸਿਰਕੇ ਵਿਚ ਭਿਉਂਕਰ ਅਰ ਕੱਚਾ ਤੈਨਾ ਮਾਜੂ ਰਗੜਿਆ ਹੋਇਆ ਉਸ ਪਰ ਡਾਲ ਕਰ ਉਸਨੂ ਨੱਕ ਵਿਚ ਰਖਨਾਂ ਅਰ ਬਲਗਾਰ ਤਰਾਸੀਦਾ ਨੱਕ ਵਿਚ ਰਖਣਾ ਅਰ ਹਥ ਪਰ ਅਰ ਪਤਾਲੂਆਂ ਕਾ ਬਾਂਧਨਾ ਅਜਿਹਾ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜਿਸ ਸਖਸ ਨੂ ਰੋਗਦੇ ਛੇਕੜ ਨੀਂਦ ਨਾ ਆਏ ਖਸਖਾਸ ਸ਼ਰਬਤ ਦੇ ਸਕਤੇ ਹੈਂ ਅਰ ਖੰਘ ਨਾ ਸੌਣ ਦਿੰਦੀ ਹੋਵੇ ਉਸ ਨੂ ਲੂਕਾਤ ਮੁਨਾਸਬ ਨਾਲ ਹਟਾ ਸਕਤੇ ਹੈਂ ਅਰ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਜੈਸਾ ਦੁਖ ਹੋਵੇ ਉਸੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਹਟਾਵੇ ॥ਫਾਇਦਾ॥ ਬਾਜੇ ਜੋੜਾਂਦੀ ਰਾਂਖੀ ਕਿ ਜਦ ਮਾਤਾ ਦੇ ਨਸਾਨ ਜਾਹਿਰ ਹੋਨ ਕਰ ਸਕ ਤੇ ਹੈਂ ਸੋ ਅਖਦੀ ਰਾਖੀ ਤਾਂ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਕ ਗੁਲਾਬ ਮੈ ਤਰ ਕਰਕੇ ਅਰ ਛਾਨ ਕੇ ਕੁਛਕ ਕਾਫੂਰ ਉਸ ਵਿਚ ਮਿਲਾ

ਕਰ ਟਪਕਾਏ ਅਰ ਹਰੇ ਧਨੀਏ ਦਾ ਪਾਨੀ ਅਰ ਅਨਾਰ ਖਟੇ ਦੇ ਬੀਜਾਂਦਾ ਪਾਨੀ ਅਰ ਮਾਜ ਗੁਲਾਬਵਿਚ ਘਸਿਆ ਹੋਇਆ ਅਖ ਮੈ ਪਾਉਨਾ ਅਖਨੂ ਮਾਤਾਦੇ ਛਾਲੇ ਸੇ ਬਚਾ ਉਂਦਾਹੈ ਅਰਹਜਜ ਸੁਹਾਗਾ ਸਿਆਫਮਮੀਸਾ ਅਕਾਕੀਆ ਹਰਇਕ ਇਕ ਦਿਰਮ ਕੇਸਰ ਅਧਾ ਦਾਂਗ ਇਨਕੋ ਕੁਟ ਛਾਨਕਰ ਸਿਆਫ ਬਨਾਵੇ ਅਰ ਹਰੇ ਧਨੀਏ ਦੇ ਪਾਨੀ ਵਿਚ ਰਗੜਕੇਅਖਦੇ ਬਾਹਰ ਲੇਪ ਕਰੇ ਓਹੋ ਜੇਹਾ ਅਸਰ ਕਰਦਾਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਫਿਨਸੀਆਂ ਨਿਕਲ ਆਈਹੋਂ ਮੁਸਕ ਕਾਫੂਰ ਗੁਲਾਬ ਮੈ ਹਲ ਕਰਕੇ ਅਖ ਵਿਚ ਪਾਵੇ ਅਰ ਜੇ ਕਰ ਏਹ ਤਦਬੀਰਾਂ ਚੰਗੀਆਂ ਨਾਂ ਹੋਨ ਅਰ ਅਖੀਆਂ ਲਾਲ ਹੋਨ ਯਾਂ ਅਖਦੀ ਕਾਲਤਣ ਪਰ ਫਿੰਮਣੀਆਂ ਨਿਕਲ ਆਉਣ ਅਫਸਹਾਨੀ ਸੁਰਮਾਂ ਅਰ ਕਾਫੂਰਧਨੀਏ ਦੇ ਪਾਨੀ ਵਿਚ ਪੀਸ ਕਰ ਹਰ ਘੜੀ ਅਖੀਆਂ ਵਿਚ ਪਾਵੇ ਅਰ ਸੁਰਮਾ ਗੁਲਾਂਬ ਵਿਚ ਰਗੜਿਆ ਹੋਇਆ ਬੜਾ ਨਫਾ ਕਰਤਾ ਹੈ ਖਾਸਕਰ ਜੇਕਰ ਪਹਿਲ ਵਿਚ ਉਸਦਾ ਵਰਤਨਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਸਿਆਫ ਅਬੈਜ ਇਸਤ੍ਰੀ ਦੇ ਦੁਧ ਵਿਚ ਰਲਿਆ ਹੋਇਆ ਜਿਸ ਸਖਸ ਦੀ ਅਖ ਵਿਚ ਫਿੰਨਸੀਆਂ ਨਿਕਲ ਆਈਆਹੋਂ ਉਸ ਵਾਸਤੇ ਚੰਗਾਂ ਹੈ ਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਜਾਨੇ ਕਿ ਭਰਪੂਰੀਦੇ ਸਬਬ ਅਖੀਆ ਉਭਰ ਆਂਈਆਂ ਹਨ ਉਸਨੂ ਹਜੂਤ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਉਪਰਲੀ ਦਵਾ ਵਾਂ ਨੂ ਅਖ ਵਿਚ ਪਾਕੇ ਇਕ ਗਦੀ ਅਖਦੀ ਪਿਠ ਪਰ

ਰਖੇ ਅਰ ਸੀਨੇ ਕਾ ਪਤਰ ਅਖਾਂਦੇ ਅੰਦਾਜੇ ਸੇ ਗਦੀ ਪਰ ਰਖੇ ਅਰ ਪਟੀ ਨਾਲ ਬੰਨ ਦੇਵੇ ਤਾਕਿ ਆਂਖ ਕੋ ਦਬਾਏ ਰਖੇ ਅਰ ਕਦੀ ਕਦੀ ਖੋਲੇ ਅਰ ਫਿਰ ਬਾਂਧ ਦੇਵੇ ਅਰ ਨੱਕ ਦੀ ਰਾਖੀ ਏਹੁ ਹੈ ਕਿ ਸਿਰਕਾਂ ਅਰ ਗੁਲਾਬ ਯਾਂ ਸਿਰਫ ਸਿਰਕਾਂ ਲੈਕਰ ਹਰ ਘੜੀ ਕਈ ਬੂਦਾਂ ਨੱਕ ਵਿਚ ਪਾਵੇ ਯਾਂ ਬੀਮਾਰ ਅਪਨੇ ਆਪ ਨੱਕ ਵਿਚ ਲੇਵੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਚੰਨਣ ਸਿਆਫ ਮਾਮੀਸਾ ਅੰਗੂਰ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਸਿਆਫ ਬਨਾਵੇ ਅਰ ਉਸਨੂ ਗੁਲਾਬ ਵਿਚ ਯਾ ਪਾਨੀ ਵਿਚ ਘਸਕਰ ਨਸਵਾਰ ਲੇਵੇ ਯਾ ਨੱਕ ਵਿਚ ਚੋਵੇ ਨਫਾ ਕਰਤਾ ਹੈ ਅਰ ਗੁਲਚੋਗਨ ਯਾ ਰੋਗਨ ਮੌਰਦ ਥੋੜਾ ਜੇਹਾ ਕਾਫੂਰ ਮਿਲਾ ਕਰ ਪਾਨੀ ਅਰ ਅੰਦਰ ਨਕਦੇ ਮਲਨਾ ਚੰਗਾ ਹੈ ਅਰ ਤਾਲੂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਏਹਹੈ ਕਿ ਜਿਸਵੇਲੇ ਮਾਤਾ ਦਿਸੇ ਅਰਤਪ ਮਾਤਾ ਤੇ ਖਸਰੇ ਪਰ ਨਿਸਚਾ ਹੋਵੇ ਛੇਤੀ ਆਗਿਆ ਦੇਵੇ ਕਿ ਅਨਾਰਕੋ ਸਮੇਤ ਦਾਨੇ ਦੇ ਚਬਾਏ ਅਰ ਉਸਦਾ ਅਰਕ ਹਰ ਘੜੀ ਨਿਕਲਤਾ ਰਹੇ ਅਰ ਖਰਤਬ ਸ਼ਰਬਤ ਸੇ ਗਰਗਰਾ ਕਹੀਏ ਕੁਲੀਆਂਕਰੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਸਮਾਕ ਗੁਲਾਬ ਮਸਰਾਂ ਦੀ ਦਾਲ ਗੁਲਾਬ ਵਿਚ ਰਿੰਨਕੇ ਸਾਫ ਕਰੇ ਅਰ ਉਸ ਨਾਲ ਕਰੂਲੀਆਂ ਕਰੇ ਨਿਹਾਇਤ ਚੰਗਾਹੈ ਅਰ ਨਿਹਾਇਤ ਸਰਦ ਪਾਨੀ ਨਾਲ ਕਰੂਲੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਪੂਰਾ ਫਾਇਦਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਖਾਸਕਰ ਜੇਕਰ ਉਸ ਵਿਚ ਗੁਲਾਬ ਰਲਾਏ ਅਰ ਰੁਬ ਅਨਾਰ ਅਰ ਰੁਬ ਸ਼ਾਹਤੂਤ ਫਾਇਦਾ ਕਰਤੀਹੈ ਅਰ ਰੀਆ

ਕਹੀਏ ਫਿਫਰੇ ਦੀ ਰਾਖੀ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਮਾਤਾ ਜਾਹਿਰ ਹੋਵੇ ਅਰ ਸੀਨੇ ਅਰ ਅਵਾਜ ਮੈ ਖਸੂਨਤ ਅਰ ਗਰਮੀ ਤਕੜੀ ਦਿਸੇ ਅਰ ਤਬੀਅਤ ਨਰਮ ਨਾ ਹੋ ਥੋੜਾ ਥੋੜਾ ਮਸ ਕਾ ਅਰ ਸ਼ੱਕਰ ਦੱਟਾਏ ਕਿ ਬਹੁਤ ਨਫਾ ਕਰਤਾਹੈ ਅਰ ਜੇ ਕਰ ਗਰਮੀਦ ਜੋਰ ਹੋਵੇ ਲੁਆਬ ਈਸਬਗੋਲ ਤੇ ਲੁਆਬ ਬੀਹਦਾਨਾ ਅਰ ਖੰਡ ਅਰ ਬਾਦਾਮ ਰੋਗਨ ਦੇਵੇ ਅਰ ਬਾ ਦਾਮਾ ਕੁਟਕਰ ਮੂਹ ਵਿਚ ਰਖਨਾ ਬੜਾ ਚੰਗਾ ਹੈ ਅਰ ਧੇ ਲਾਊਕ ਦਗਾਹੈ ਇਸਕੀ ਬਿਧ॥ ਮਿਠੇ ਕਦੂਆਂ ਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ ਦੋ ਹਿੱਸੇ ਬਦਾਮਾਂ ਛਿਟਿਆਂਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ ਇਕ ਹਿੱਸਾ ਖੰਡ ਤਿੰਨ ਹਿੱਸੇ ਕਤੀਰਾ ਇਕ ਹਿੱਸਾ ਕੁਟਛਾਨਕਰ ਈਸਬਗੋਲ ਦਾ ਲੁਆਬ ਯਾ ਬੀਹਦਾਨੇ ਦਾ ਲੁਆਬ ਮਿਲਾ ਕਰ ਰਖੇ ਅਰ ਵਰਤ ਲੇਵੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਤਬੀਯਤ ਨਰਮ ਕਰੇ ਕਿਕਰਦਾ ਗੂਦ ਬਾਦਾਮਾਂਦੇ ਮਗਜ ਭੂੰਨੇ ਹੋਏ ਖੀਰਿਆਂ ਦੇ ਬੀਜਾਂਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ ਭੁੰਨੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਅਰ ਨਸਾਸਤਾ ਭੁੰਨਿਆ ਹੋਇਆ ਲੈਕਰ ਈਸਬਗੋਲ ਭੁੰਨੇ ਹੋਏਦੇ ਲੁਆਬ ਵਿਚ ਚੁਟਨੀ ਬਨਾਏ ॥ ਅਰ ਮੁਫਾਸਲ ਕਹੀਏ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀਏਹਹੈ ਕਿ ਸੰਦਲ ਅਰ ਸਿਆਫ ਮਾਮੀਸਾ ਗਿਲਇਰਮਨੀ ਗੁਲਾਬ ਸੁਕਾ ਹੋਇਆ ਅਰ ਥੋੜਾ ਜੇਹਾ ਕਾਫੂਰ ਗੁਲਾਬ ਵਿਚ ਪੀਸਲੈ ਅਰ ਥੋੜਾ ਜੇਹਾ ਸਿਰਕਾ ਉਸ ਪਰ ਡਾਲੇ ਅਰ ਜੋੜ ਕੀ ਜਗਾ ਪਰ ਲੇਪ ਕਰੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਜੋੜ ਪਰ ਕੋਈ ਬੜਾ ਦਾਨਾ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਛੇਤੀ ਚੀਰ ਡਾਲੇ

ਖਿਲਾਵੇ ਚੰਗਾ ਹੈ ਅਰ ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਖੁਲਕੇ ਦਸਤ ਆਉਂਦੇ ਹੋਨ ਕੋਟੇਦਾ ਪਾਨੀ ਭੁੰਨਾ ਹੋਇਆ ਅਰ ਅਨਾਰ ਦਾਨਾ ਖਸਖਾਸਦੇ ਬੀਜ ਤਿੰਨੇਬਰਾਬਰ ਹੋਨ ਕੋਟੇ ਦਾ ਪਾਨੀਬਨਾਵੇ ॥ ਅਰ ਜਿਥੇ ਤ੍ਰਾਲੂ ਵਿਚ ਖਸੂਨਤ ਹੋਵੇ ਅਰ ਨੀਂਦ ਨਾ ਆਏ ਆਟਾ ਭੁੰਨਾ ਹੋਇਆ ਤੇ ਖਸਖਾਸ ਦਾ ਪਾਨੀ ਬਨਾਵੈ ਅਰ ਅਨਾਰ ਦਾਨਾ ਰਲਾਏ ਅਰ ਵਾਧਾ ਘਾਟਾ ਦੇਨਾ ਹਕੀਮ ਦੀ ਰਾਇਪਰ ਰਖਾਹੈ ਜੇਹਾ ਵੇਲਾ ਦੇਖੇ ਤੇਹੀ ਦਵਾ ਵਰਤੇ॥ ਅਰ ਇਸ ਸਬਬ ਸੇ ਕਿ ਖਸਰੇ ਦਾ ਮਾਦਾ ਘਟ ਅਰ ਬੜਾ ਨਾਸਵਤ ਹੁੰਦਾਹੈ ਉਸਦਾ ਸਬਬ ਸੜਿਆ ਹੋਇਆ ਬਹੁਤਾ ਸਫਰਾਹੈ ਜੋ ਖੂਨ ਦਾ ਨਾਸ ਕਰਦਾਹੈ ਸੋ ਇਸ ਵਿਚ ਗਜ਼ਾ ਅਰ ਸਰਾਬ ਚੰਗੀ ਵੋਹ ਹੈ ਜੋ ਸਰਦ ਤਰ ਹੋਵੇ ਕਿ ਸੜੇ ਹੋਏ ਸਫਰਾ ਦੀ ਖੁਸਕੀ ਤੇ ਤੇਜੀ ਨੂਬਰਾਬਰ ਕਰੇ ਅਰ ਖੂਨ ਨੂ ਸਾਫ ਕਰੇ ਜੈਸੇ ਜਵਾਂ ਦੇ ਕੋਟੇ ਦਾ ਪਾਨੀ ਅਰ ਲੁਆਬ ਈਸਬਗੋਲ ਆਦਿਕ ਅਰ ਇਨਾ ਦੋਨਾਂ ਨੂ ਗੋਰੇ ਦੇ ਪਾਨੀ ਖਟੇ ਅਨਾਰ ਦੇ ਪਾਨੀ ਵਿਚ ਰਲਾਕੇ ਦੇਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਜੋਂਕਿ ਲੁਆਬ ਤੇ ਕੋਟੇ ਅਰ ਤਰਬੂਜ ਦਾ ਪਾਨੀ ਤੇ ਖੁਰਫੇ ਦਾ ਪਾਨੀ ਅਰ ਕਦੂ ਦੇ ਪਾਨੀ ਆਦਿਕਾਂ ਨੂ ਬਿਨਾ ਖਟਿਆਈ ਦੇ ਦੇਣੇ ਦੁਖਦਾਇਕ ਹੈਨ ਪਰ ਜੇ ਤਾਲੂ ਵਿਚ ਖਸੂਨਤ ਹੋਵੇ ਇਨਾਂ ਵਿਚੋਂਨਾ ਦੇਵੇ ਅਰ ਜਵਾਂ ਦੇ ਸਤੂ ਸਰਬਤ ਨਲ ਦੱਹੇ ਅਰ ਬਾਕੀਓਹੀ ਤਦਬੀਰ ਹੈ ਜੋ ਮਾਤਾ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ ਵਿਚ

ਤਾਕਿ ਉਸਦਾ ਜਰਦਾਬ ਨਿਕਲ ਜਾਏ ਫਿਰ ਜਖਮ ਭਰ ਦੇਵੈ ਅਰ ਆਂਦਰਾਂਕੀ ਰਾਖੀ ਏਹ ਹੈ ਮੌੜਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਰਾਬ ਕੁਰਸ ਤਬਾਸੀਰ ਅਰ ਰੁਬ ਬੀਹ ਹਰ ਵੇਲੇ ਦਿਤਾ ਕਰੇ ਖਾਸ ਕਰ ਜਦਕਿ ਛਾਲਾ ਉਗਣ ਤੇ ਹੋਵੇ ਇਸ ਲੀਏ ਕਿ ਜਦ ਆਬਲੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਘਟ ਦਿਸਣ ਅਰ ਕਦੀ ਬਾਕੀਮਾਦਾ ਆਂਦਰਾਂ ਉਤੇ ਆ ਪੈਂਦਾਹੈ ਸੋ ਉਸਵੇਲੇ ਵਿਚ ਇਨਾਂਦੀ ਰਿਆਇਤ ਜਰੂਰੀਹੈ ॥ ਫਾਇਦਾ ॥ ਮਾਤਾ ਵਾਲੇ ਅਰ ਖਸਰੇ ਵਾਲੇ ਦੀ ਗਜਾ ਖਾਣ ਪੀਨ ਦੀ ਸਮਝਨੀ ਚਾ-ਹੀਏ ਕਿ ਛਾਲਿਆਂ ਦਾ ਸਬਬ ਹਰਾਰਤ ਗਰੀਬੀਹੈ ਜੋ ਖੂਨ ਰਤੂਬਤ ਦਾਰ ਵਿਚ ਅਸਰ ਕਰਦੀਹੈ ਅਰਜੋਸਦਿੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚ ਖਾਨ ਪੀਨ ਦੀ ਚੀਜ ਵੋਹ ਚੰਗੀ ਹੈ ਜੋ ਸਰਦ ਤੇ ਖੁਸਕ ਹੋਵੇ ਜੈਸੇ ਜਵਾਂਦਾ ਆਟਾਂ ਭੁੰਨਿਆਹੋਯਾਯਾਭੂੰਨੇ ਮਸਰਾਂ ਦਾਆਟਾ ਖਟੇ ਅਨਾਰ ਦੇ ਪਾਨੀ ਵਿਚ ਗੌਰਾ ਯਾ ਰੀਵਾਜ ਕੇ ਪਾਨੀ ਵਿਚ ਮਿਲਾਕਰ ਦੇਵੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਤਬੀਯਤ ਖੁਸਕ ਹੋ ਅਰ ਛਾਤੀ ਅਰ ਤਾਲੂ ਵਿਚ ਖਸੂਨਤ ਹੋ ਅਰ ਤਕੜੀ ਗਰਮੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜੌਂ ਭੁਨੇ ਦਾ ਆਟਾ ਮਿਸਰੀ ਕੇ ਸ਼ਰਬਤ ਨਾਲ ਦੇਵੇ ਅਰ ਤੁਰਸ ਚੀਜਾਂਨਾ ਪਿਲਾਇਏ ਅਰ ਜੇਕਰ ਤਬੀਯਤ ਨਰਮਹੋਅਰਤਕੜੀ ਗਰਮੀ ਹੋਵੇ ਅਰ ਸੀਨੇ ਤਾਲੂ ਵਿਚ ਖਸੂਨਤ ਨਾ ਹੋਵੇ ਸਤੂਆਂ ਨੂ ਦੋ ਬਾਰਾ ਭੂਨੇ ਅਰ ਕੁਰਸ ਤਬਾਸੀਰ ਕਾਬਜ ਦੇ ਨਾਲ ਦੇਵੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਕਿਕਰ ਦਾ ਗੂਦ ਅਰ ਤਬਾਸੀਰ ਥੋੜੀ ਜੇਹੀ ਮਿਸਰੀ ਮਿਲਾਕਰ

ਦਸੀ ਹੈ ॥ ਅਰ ਸਮਝ ਲੈ ਕਿ ਤੁਰੰਜਬੀ ਦਾ ਦੇਨਾ ਖਸਰੇ ਵਿਚ ਰੋਕ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਦਸਦੇ ਹਨ ਜੋ ਖਸਰੇ ਵਿਚ ਓਹ ਐਸੀ ਦੁਖਦਾਇਕ ਹੈ ਜੈਸੀ ਗਰਮ ਮਿਜਾਜ ਵਿਚ ਸਹਿਤ ਦੁਖਦਾਇਕ ਹੈ ਅਰ ਅਚਵੀ ਅਰ ਗਸੀਆਂ ਅਰ ਬੇਕਰਾਰੀ ਨੂ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਰ ਅਜੇਹਾਹੀ ਬਨਫਸਾ ਤੇ ਇਸਕ ਪੇਚੇ ਦਾ ਪਾਣੀ ਖਸਰੇ ਵਿਚ ਨਾਂ ਦੇਵੇ ਕਿ ਗਸੀਆਂ ਅਰ ਬੇਚੈਨੀ ਕਰਤੀ ਹੈ ॥ ਫਾਇਦਾ ਤੰਦ ਰੁਸਤਾਂ ਨੂ ਬੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਰਹੇਜ ਰਖੇ ਕਿਓਂਕਿ ਇਸ ਰੋਗ ਵਿਚਬਚੇ ਰਹੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਨਿਕਲੇ ਤਾਂ ਥੋੜਾ ਨਿਕਲੇ ਜਿਸਵੇਲੇਵਰੇਦੇਫਸਲਾਂਦਾ ਵਕਤ ਹੋਵੇ ਮਾਤਾ ਦੇ ਛਾਲਿਆਂ, ਦੇ ਲਛਣਾਂ ਨੂ ਮਲੂਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੇ ਜੇੜੇ ਚੌਦਾਂ ਵਰਸਾਂ ਦੇ ਜਵਾਂਨ ਹੋਨ ਅਜੇ ਤਕ ਮਾਤਾ ਨਾ ਨਿਕਲੀ ਹੋਵੇ ਉਨਾਂਦ ਫਸਦ ਕਰੇ ਅਰ ਜੇੜੇ ਤਕ ਬਾਰਾ ਬਰਸਾਂ ਤੋਂਘਟ ਹੋਨਉਨ ਨੂ ਪਛ ਲੁਆਵੇ ਯਾ ਜੋਕ ਲੁਆਵੇ ਅਰ ਜੋ ਕੁਛ ਵਬਾ ਦੇ ਪਰਹੇਜ ਵਿਚ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਕੰਮਵਿਚ ਲਿਆਵੇ ਅਰ ਸਮਝ ਲੈ ਕਿ ਸਰਦ ਗਜਾ ਅਰ ਚਟਨੀਆਂ ਅਰ ਠੰਢੇ ਸ਼ਰਬਤ ਜੈਸੇ ਸ਼ਰਬਤ ਉਨਾਬ ਅਰ ਸਿਕੰਜਬੀ ਆਦਿਕ ਅਰ ਈਸ ਬਗੋਲ ਤੇ ਸਕਰ ਆਦਿਕ ਅਰ ਗਾਜਰਾਂ ਦਾ ਸਰਬਤ ਅਰ ਫਕੀ ਬੰਸਲੋਚਨ ਦੀ ਅਰ ਕੁਰਸ ਕਾਫੂਰ ਆਦਿਕ ਕਾ ਖਿ ਲਾਨਾ ਪੂਰਾ ਨਫਾ ਕਰਤਾਹੈ ਅਰ ਸਰਦ ਪਾਨੀ ਮੈ ਬੈਠਨਾ ਅਰ ਇਸਨਾਨ ਕਰਨਾ ਬੜਾਵੰਗਾ ਹੈ ਅਰ ਏਹ ਬੀ ਜਰੂਰੀ

ਹੈ ਕਿ ਇਨਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਲੜਕਿਆਂ ਨੂ ਅਰ ਜਵਾਨਾਂ ਨੂ
ਜਿਨਾਂ ਦੇ ਅਜਤਕ ਚੀਚਕ ਅਰ ਖਸਰਾ ਨਿਕਲਿਆ ਨਹੀਂ
ਦੁਧ ਅਰ ਮਿਠਾਈ ਅਰ ਸਰਾਬ ਤੇ ਮਾਸ ਅਰ ਬੜਾਊ
ਆਦਿਕ ਗਰਮ ਗਜਾਵਾਂ ਸੇ ਅਰ ਗਰਮ ਮੇਵਿਓ ਸੇ ਜੋ ਖੂਨ
ਨੂ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹੈਨ ਜੈਸੇ ਖੁਰਮਾ ਖਰਬੂਜਾ ਅਰ ਮੁਸਤਹਦ
ਅੰਜੀਰ ਤੇ ਅੰਗੂਰ ਸੇਮਨੇ ਕਰ ਦੇਵੇ ਅਰ ਐਸਾਹੀਮੁਸਕਤ,
ਵਰਗਸ,ਛੋਗ,ਧੁਪ, ਅਰ ਅਗਦੀ ਗਰਮੀ ਅਰ ਘਟੇ ਸੇ
ਅਰ ਬੰਦ ਪਾਨੀ ਕੇ ਪੀਨੇ ਸੇ ਪਰਹੇਜ ਕਰਾਏ ਅਰ ਕਦੀ
੨ ਮੇਵਿਆਂ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਤਬਾ ਨਰਮ ਕਰੇ ਅਰ ਤਬਾ ਮੈ
ਕਬਜ ਨਾ ਰਖੇ ਠੰਢੇ ਅਰ ਤਰ ਚੰਗੇ ਹੈਨ ਅਰ ਲਵਿਸਤ ਕੋ
ਬਗੈਰ ਖਟਿਆਈ ਅਰ ਸਬਜੀ ਮਿਲਾਏ ਖਾਨਾ ਨਾ ਚਾਹੀਏ
॥ ਫਾਇਦਾ ॥ ਬਹੁਤਾ ਇਸ ਤਰਾਂ ਹੁੰਦਾਹੈ ਕਿ ਛਾਲੇ
ਆਪ ਮੁਹਾਰੇ ਨਿਕਲ ਕੇ ਆਪੇ ਹਛੇ ਹੋਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਰ
ਛਾਲੇ ਪਕਾਉਣੇ ਅਰਖੁਸਕ ਕਰਨੇ ਅਰ ਖਰੀਂਡ ਲਿਆਵਣ
ਦੀਕੁਛਲੋੜਨਹੀਂਪੈਂਦੀਕਦੀਇਨਾਂਤਦਬੀਰਾਂਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ
ਹੈਪਕਾਨੇ ਅਰ ਖੁਸਕ ਕਰਨੇ ਅਰ ਖਰੀਂਡ ਲਿਆਵਣੇ ਦੀ
ਤਦਬੀਰ ਸਮੇਤ ਹਟਾਦੇਣਦੇ ਨਿਸਾਨਾ ਦੇ ਜਦਰੀ ਤੇ ਹੁਸਬੇ
ਦੇ ਮਕਾਲੇ ਵਿਚ ਦਸਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਥੇ ਕਿ ਜਾਹਰੇ
ਰੋਗ ਲਿਖੇ ਹੋਨ ਪਰਮੇਸਰ ਦੀ ਮਰਜੀ ਨਾਲ ॥
ਮਕਾਲਾ ਤਪ ਗਸੀਆ ਦੇ ਬਿਆਨ ਵਿਚ॥ ਯਾਨੇ ਵੋਹ ਤਪ
ਜੋ ਬੇਹੋਸੀ ਅਰ ਨਤਾਕਤ ਕਰਤਾ ਹੈ ਵੋਹ ਦੇ ਤਰਾ ਪਰ ੍ਹਦਾ

ਹੈ ਪਹਿਲੀ ਤਰਾਂ ਵੋਹ ਹੈ ਜੋ ਕਚੀ ਬਲਗਮ ਸੇ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਧੇ ਇਸਤਰਾਂ ਪਰ ਹੈ ਕਿ ਬਲਗਮ ਕਚੀ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵਧਜਾ- ਏ ਅਰਗੰਦੀਹੋਜਾਏ ਅਰ ਤਪ ਲਿਆਏ ਜਦਤਪਆਏ ਮਾਦਾ ਹਰਕਤ ਕਰੇ ਅਰ ਉਸ ਵਿਚੋਂ ਥੋੜਾ ਜੇਹਾ ਦਿਲ ਵਲ ਗਿਰੇ ਉਸਦੇ ਉਦਾਲੇ ਅਰ ਰੂਹ ਨੂ ਸ ਦ ਕਰੇ ਇਸ ਕਰਕੇਕੁਵਤ ਘਟ ਕਰ ਗਸ਼ੀ ਪੈਜਾਏ ਅਰ ਸ਼ਾਇਦ ਕਿ ਮੇਧੇਦੀ ਨਤਾਕਤੀ ਨਾਲ ਗ਼ਸ਼ ਪੈਜਾਏ ਅਰ ਬਲਗਮੀ ਤਪ ਮੇਦੇ ਦੀ ਨ- ਤਾਕਤੀ ਤੇ ਬਹੁਤ ਘਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਜਿਥ ਕਿਤੇ ਮੇਧੇ ਦੀ ਨਤਾਕਤ ਹੋਂਦੀਹੈ ਅਰ ਮਾਦਾ ਭੀ ਦਿਲਤੇ ਗਿਰਦਾ ਹੈ ਤਪ ਜੋਰ ਨਾਲ ਚੜਦਾ ਹੈ ਇਸ ਕਰਕੇ ਕਿ ਦੋ ਸਬਬ ਇਕਠੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਤਪ ਗਸ਼ੀ ਦੇ ਲਛਣ ਏਹ ਹਨ ਕਿ ਬਦਨ ਮੈ ਤਰਹਲ ਅਰ ਮੂਹ ਮੈ ਤਬਹਜ ਪੈਦਾ ਹੋ ਅਰ ਤਪ ਬਲਗਮੀ ਕੇ ਤੌਰ ਪਰ ਦੌਰਾ ਕਰਨ ਅਰ ੋਗੀ ਦੇ ਚੇਹਰੇ ਦਾ ਰੰਗ ਇਕੋ ਜੇਹਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਬਹੁਤਾ ਕਲੀ ਦੇ ਰੰਗ ਵਰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜਰਦ ਤੇ ਕਦੀ ਨੀਲਾ ਜੇਹਾ ਅਰ ਕਲਤਣ ਅਰ ਸਬਜੀ ਜੇਹਾ ਅਰ ਤਪ ਟੁਟਨੇ ਦੇ ਵੇਲੇ ਅਖੀਆਂ ਘੁਸਮੈਲੀਆਂ ਅਰ ਦੋਨੋਂ ਹੋਨ ਐਸੇ ਮਾਲੂਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੈਸੇ ਸਾਹਤੂਤ ੇ ਖਾਣੇ ਨਾਲ ਹੋਜਾਂਦੇ ਹੈਨ ਅਰ ਪਸਲੀਆਂ ਦੇ ਪੜਦਿਆਂ ਵਿਚ ਦਰਦ ਅਰ ਅਫਾਰਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਅਰ ਕੈ ਆਵੇ ਤਾਂ ਖੱਟੀ ਹੋਵੇ ॥ ਯਾਦਗੀਰੀ ॥ ਕਦੀ ਐਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗਾੜਾ ਸਫਰਾ ਬਲਗਮ ਵਿਚ ਰਲ

ਤਲਿਫ ਮਲਨਾ ਕਿ ਖਿਲਤ ਬਾਰੀਕ ਹੋ ਜਾਏ ਅਰ ਜਿਸਨੂ ਬਿਨਾ ਰੋਗਨ ਮਾਲਸ ਚੰਗੀ ਨਾ ਲਗੇ ਰੋਗਨ ਖੈਰੀ ਅਰ ਰੋਗਨ ਤਿਲਾਂ ਦਾ ਤਾਜਾ ਅਰ ਇਸਕੇ ਸਿਵਾ ਜਿਸ ਮੈਂ ਕਬਜ ਨਾ ਹੋ ਪਰ ਸਰਦ ਨਾ ਹੋ ਜੈਸੇ ਰੋਗਨ ਜੈਤ ਅਰ ਗੁਲਰੋਗਨ ਮਲਨਾ ਚਾਹੀਏ ਅਰ ਮਾਲਸ਼ ਦੀ ਤਰਕੀਬ ਯੇਹ ਹੈ ਪਹਿਲੇ ਪਿੰਨੀਆਂ ਨੂ ਗੋਡੇ ਤੇ ਪੈਰਾਂ ਤਕ ਮਲੇ ਅਰ ਫਿਰ ਪਟਾਂ ਨੂ ਉਤੋਂ ਹੇਠਲੇ ਪਾਸੇ ਫਿਰ ਹਥਾਂਨੂ ਮੋਢਿਆਂ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਹਥੇਲੀਤਕ ਉਸਦੇ ਪਿਛੋਂ ਪਿਠ ਅਰ ਛਾਤੀ ਨੂ ਉਪਰੋਂ ਹੇਠਲੇ ਪਾਸੇ ਅਰ ਫਿਰ ਪੈਰਾਂਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਸੁਰੂਕਰੇ ਇਸੇਤਰਾਂ ਮਾਲਸ ਕਰਦੇ ਰਹੇ ਏਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਪਿੰਡਾ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਅਰ ਬੀਮਾਰ ਦੇ ਬੇਹੋਸ ਹੋਨ ਦਾ ਡਰ ਹੋ ਅਰ ਐਸਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਅਧਾ ਵੇਲਾ ਮਾਲਸ ਕਰਦੇ ਰਹੇਂ ਅਰ ਅਧੇ ਵਿਚ ਸੁਤੇ ਰਹੇ ਅਰ ਉਸਨੂੰ ਅਜੇਹੇ ਮਕਾਨ ਵਿਚ ਠਹਿਰਾਵੇ ਜੋ ਸਰਦੀ ਗਰਮੀ ਵਿਚ ਮੁਅਤਦਿਲ ਹੋ ਅਰ ਜੇਕਰ ਹਵਾ ਸਰਦਹੋ ਗਰਮ ਕਰ ਲਵੇ ਅਰ ਮੁਅਤਦਿਲ ਨੀਂਦ ਨਫਾ ਕਰਦੀਹੈਅਰ ਜੇਕਰ ਖੁਲਾਹੋਵੇ ਗਾਨਹੀਂ ਅਰ ਸਰਦ ਪਾਨੀ ਸੇ ਮਨੇ ਕਰੋ ਅਰ ਜੇਕਰ ਬੀਮਾਰ ਲੋੜਵੰਦ ਹੈ ਅਰ ਬਹਾਰ ਗਰਮ ਹ ਸਰਦ ਪਾਨੀ ਵਿਚ ਸਿਕੰਜਬੀ ਰਲਾ ਕਰ ਦੇਵੇ ਅਰ ਸਜਾਲ ਵਿਚ ਗਰਮ ਪਾਨੀ ਵਿਚ ਸਿਕੰਜਬੀ ਯਾ ਗਰਮ ਪਾਨੀ ਦੇਵੇ ਅਰ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਹੋਸਕੇ ਬਿਨਾਸਿਕੰਜਬੀ ਦੇ ਪਾਨੀ ਨਾ ਦੇਵੇ ਅਰ ਮੁਅਤਦਿਲ ਹਮਾਮ ਗਾ ਹੈ ਅਰ

ਜਿਸਨੂੰ ਕੈ ਸੁਖਾਲੀ ਆਵੇ ਆਗਿਆ ਦੇਵੇ॥ ਪੂਰਾ ਫਾਇਦਾ ਕਰਤੀ ਹੈ ਅਰ ਸਿਕੰਜਬੀ ਅਸਲੀ ਇਕ ਦਿਰਮ ਕਰਫਸ ਦੇ ਬੀਜਾਂ ਨਾਲ ਅਰ ਮਾਇਲ ਅਸਲ ਇਕ ਦਿਰਮ ਜੂਫੇ ਨਾਲ ਸਵੇਰ ਵੇਲੇ ਦੇਣਾ ਨਫਾ ਕਰਤਾ ਹੈ ਅਰ ਜੇ ਕਰ ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਨਾ ਹੋਵੇ॥ ਫਾਇਦਾ ॥ ਇਸ ਰੋਗ ਵਿਚ ਫਸਦ ਕਿਸੀ ਤਰਾਂ ਜਾਇਜ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਮਾਦਾ ਕਚਾ ਹੈ ਅਰ ਖੂਨ ਕਢਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਸਰਦ ਹੋ ਜਾਤਾ ਹੈ ਅਰ ਖਿਲਤ ਕਚੀ ਬਹੁਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਰ ਹਜਮ ਝੂਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ॥ ਯਾਦਗੀਰੀ

ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਕਿ ਸੋਜ ਅੰਦਰ ਹੋਵੇ ਮਸਲਸ ਅਰ ਸਰਾਬ ਕੀ ਅਰਕੈ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਬਚਣ ਦੀ ਉਮੈਦ ਨਹੀ ਹੈ ਐਪਰ ਇਲਾਜ ਹਵਾਉਨੇ ਨਾਲ ਗੈਬਕਾ ਪਰਦਾ ਖੁਲਦਾ ਹੈ ਅਰ ਰੋਗੀ ਬੇ-ਉਮੈਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਐਸੇ ਦਾ ਇਲਾਜ ਤਾਂ ਪਰਮੇਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਤਦਬੀਰ ਤਬੀਬ ਕੀ ਰਾਇ ਪਰ ਰਖਿਆ ਹੈ ਜੋ ਕੁਛ ਵਰਮ ਦੇ ਲਾਇਕ ਅਰ ਗਸੀ ਦੇ ਮੁਆਫ਼ਿਕ ਹੋ ਪਰਮੇਸਰ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਰਖਕੇ ਵਰਤਦਾ ਰਹੇ ਅਰ ਕੁਵਤਾਂ ਦੀ ਰਿਆਇਤ ਰਖੇ ਕਿ ਵਧ ਘਟ ਨਾ ਹੋਵੇ॥ ਦੂਸਰੀ ਤਰਾਂ ਤਪ ਗਸੀ ਜੋ ਸਫਰਾ ਨਾਲ ਉਪਜੇ ਵੋਹ ਐਸਾ ਹੈ ਜੋ ਸਫਰਾ ਬਹੁਤ ਪਤਲਾ ਅਰ ਗੰਦਾ ਹੋ ਜਾਏ ਅਰ ਉਸ ਵਿਚ ਜਹਿਰ ਆਜਾਏ ਅਰ ਜਬ ਤਕ ਤਪ ਦੀ ਗਰਮੀ ਸੇ ਵੋਹ ਮਾਦਾ ਜਹਿਰੀ ਥੋੜਾ ਜੇਹਾ ਦਿਲ ਤੇ ਪੈਜਾਏ ਤੋ ਗਸ਼ ਪੈਜਾਏ ਅਰ ਉਸਦੇ ਲਛਣ ਏਹ

ਹਨਕਿ ਅਕਸਰ ਗਬਕੇ ਦੋਰੇਪਰ ਆਏ ਅਰਬਦਨ ਜ਼ਰਦ ਅਰ ਲਿਸਾ ਹੋਜਾਏ ਯਾ ਇਕ ਵਾਰੀ ਵਿਚ ਯਾ ਦੋ ਵਾਰੀ ਵਿਚ ਕੁਵਤ ਅਰ ਨਬਜ ਸੁਸਤ ਅਰ ਬੰਦ ਹੋਜਾਏ ਅਰ ਥੋੜੇ ਦਿਨਾਂਵਿਚ ਬੀਮਾਰਦਾ ਐਸਾ ਹਾਲ ਹੋਜਾਵੇ ਕਿ ਵਰਿ-ਹਾਂ ਦਾ ਰੋਗੀਹੈ ਅਰ ਯੇ ਤਪ ਅਕਸਰ ਗਰਮਸਰੀਰਾਂਵਿਚ ਜਿਨਮੈ ਗਰਮੀ ਅਰ ਖ਼ੁਸ਼ਕੀ ਨਿਹਾਇਤ ਹੈ ਉਪਜਤਾ ਹੈ॥ ਅਰਤਪ ਗਸ਼ ਵਾਲਾ ਕਿ ਮਾਦਾ ਪਤਲਾ ਅਰ ਜਹਿਰੀ ਸਫ ਰਾਵੀਆਪੈਦਾਹੁੰਦਾਹੈ ਅਰ ਦੋ ਤਿੰਨ ਦਿਨਵਿਚਕੁਵਤ ਬੰਦ ਕਰਦੀਹੈ ਰਬੀਅਰਮਾਰ ਦੇਨਵਾਲੀ ਹੈ ਸੁਭਾਵਕ ਹੀ॥ ਜੇਕਰ ਮੇਧੇ ਅਰ ਜਿਗਰ ਵਿਚ ਵਰਮ ਹੋਵੇ॥ ਫਾਇਦਾ॥

ਜੇਹੜਾ ਗਸੀਦਾ ਤਪ ਗਮ ਦੇ ਫਿਕਰ ਅਰ ਉਨੀਂਦੇ ਨਾਲ ਅਰ ਬਹੁਤੇ ਦਸਤਾਂ ਨਾਲ ਉਤਪਤਿ ਹੋਵੇ ਤੰਦੁਰਸਤ ਹੈ॥ ਇਲਾਜ॥ ਹਰਘੜੀ ਜਵਾਂ ਦਾ ਪਾਨੀ ਅਨਾਰਾਂਦਾ ਪਾਨੀ ਰਲਾ ਕਰ ਦੇਵੇ ਅਰ ਖੁਰਫੇ ਦਾ ਪਾਨੀ ਅਰ ਖੀਰਿਆਂਦੇ ਬੀਜਾਂ ਦਾ ਬਾਨੀ ਅਰ ਬੀਹ ਦਾਸਰਬਤ ਅਰ ਸਰ-ਬਤਸੇਬਅਰਸਰਬਤਸੰਦਲਸਰਬਤਫਵਾਕਾ ਪਿਲਾਏ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬਰਫ ਵਿਚ ਸਰਦ ਕਰਕੇ ਅਰਸੀਨੇਪਰਸੰਦਲਅਰ ਗੁਲਾਬ ਦਾਗਾੜ੍ਹਾਲੇਪਕਰੇਅਰਬੇਦਮੁਸਕਦਪਤੇਲੈਕਰਉਸ ਪਰਗੁਲਾਬਛਿੜਕਕਰਬਿਸਤਰੇ ਪਰਡਾਲੇ ਅਰ ਖੁਸਬੋਹਵਾ ਅਰਖੂਸਬੋਦਾਰ ਮੇਵੇ ਸੁੰਘਾਏ ਅਰਮਕਾਨਨੂੰਖੁਸਬੋਦਾਰ ਕ ਅਰਜੇਕਰਤਬਾਵਿਚ ਕਬਜ਼ ਹੋਵੇ ਜਵਾਂਦਾ ਪਾਨੀ ਅਰ ਕਦੂ-

ਦਾ ਪਾਨੀ ਸਰਦ ਕਰਕੇ ਹੁਕਨਾ ਕਰੇ ਅਰ ਜਦ ਵਾਰੀਦਾ ਵੇਲਾ ਨੇੜੇ ਆਪਹੁੰਚੇ ਰੋਟੀ ਅਨਾਰਖਟੇ ਮਿਠੇ ਦੇਪਾਨੀਵਿਚ ਯਾ ਨਿੰਬੂ ਯਾ ਰੀਵਾਜਕੇ ਪਾਨੀ ਮੈ ਤਰਕਰਕੇ ਕਈ ਲੁਕਮੇ ਖੁਲਾਵੇ ਅਰ ਖਟਿਆਈ ਦੇ ਸਬਬ ਮੇਦੇ ਨੂੰ ਕੁਵਤ ਦੇਵੇ ਅਰ ਬਹੁਤਾ ਸਫਰਾ ਨਾ ਗਿਰਨ ਤੋਂ ਹਟ ਜਾਏ ਅਰ ਸਾ ਇਦ ਕਿ ਸਾਰਾ ਹਟਜਾਵੇ ਅਰ ਜਦ ਗਸ਼ੀ ਪੈਜਾਏ ਤਦਬੀ ਰੋਟੀ ਨੂੰ ਉਨਾਂ ਚੀਜਾਂ ਨਾਲ ਭਿਗੋਕਰ ਨਰਮ ਜੇਹੀ ਹਲ-ਕ ਵਿਚ ਪਾਵੇ ਜੇਕਰ ਕਾਕ ਅਰ ਰੋਟੀ ਸ਼ਰਾਬ ਮਮਜੂਜ ਮੈਂ ਯਾਨੇ ਉਸ ਵਿਚ ਪਾਨੀ ਯਾ ਗੁਲਾਬ ਰਲਿਆ ਹੋਇਆ ਤਰ ਕਰਕੇ ਸੰਘ ਵਿਚ ਪਾਵੇ ਬੜੀ ਛੇਤੀ ਗਸ਼ ਨੂੰ ਹਟਾਉਂਦਾਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਗਰਮੀ ਤਕੜੀ ਹੋਵੇ ਕੁਰਸ ਕਾਫੂਰ ਆਦਿਕ ਦੇਨਾ ਚਾਹੀਏ॥ ਅਰ ਜੋ ਚੀਜ ਪਿਲਾਏ ਬਰਫ ਯਾ ਠੰਢੇ ਪਾਨੀ ਸੇ ਸਰਦ ਕਰਕੇ ਦੇਵੇ ਅਰ ਜੋ ਕੁਛ ਕਿ ਮੁਹਰਕੇਵਿਚ ਦਸਿਆ ਹੈ ਵਰਤ ਲੇਵੇ ਅਰ ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਕਿ ਮੇਦੇ ਅਰ ਜਿਗਰ ਵਿਚ ਵਰਮ ਹੋਵੇ ਉਸਕੇ ਮੁਆਫਿਕ ਤਦਬੀਰ ਚਾ-ਹੀਏ ਸ਼ਾਇਦ ਕਿ ਮਰਜੀਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦੀਨਾਲਰਾਜੀਹੋਜਾਵੇ॥

ਫਸਲ ਤਪ ਦਿਕ ਕਾ ਬਯਾਨ ॥

ਵੋਹ ਇਸਤਰਾਂ ਪਰ ਹੈ ਕਿ ਹਰਾਰਤ ਗਰੀਬਾ ਅਸਲੀਜੋੜਾਂ ਵਿਚ ਖਾਸ ਕਰ ਦਿਲ ਮੈ ਚੰਬੜ ਜਾਏਗੀ ਅਰ ਸ਼ਰੀਰਦ-ਰਤੂਬਤ ਸਲਸਾ ਤਬੀਆ ਨੂੰ ਨਾਸ ਕਰ ਦੇਵੇ ਅਰ ਸਮਝ

ਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਪੁਰਖ ਕੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਤਿੰਨਾਂ ਤਰਾਂ ਦੀ ਰਤੂਬਤ ਹੈ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਇਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਖਰਚਹੋਜਾਤੀਹੈ ਤਪ ਦਿਕ ਪੈਦਾ ਕਰਤੀ ਹੈ ਅਰ ਲੁਗਤ ਵਿਚ ਦਿਕ ਦੇ ਮੈਨੇ ਹਦੂ ਅਰ ਹਜਾਲ ਹੈ [ਅਰਥਾਤ ਬੰਦ ਅਰ ਨਰਮ ਹੋਨਾ ਅਰ ਲਿਸੇ ਹੋਨਾ] ਅਰ ਇਸ ਸਬਬ ਸੇ ਜੋ ਇਸ ਤਪ ਦੀ ਗਰਮੀ ਬੰਦ ਅਰ ਨਰਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਰ ਪਤਲਾ ਹੋਨਾ ਇਸ ਨੂੰ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਇਸ ਕਰਕੇ ਨਾਲ ਏਹ ਰਖਾਹੈ॥ ਫਾਇਦਾ ॥ ਰਤੂਬਤਾਂ ਸਿਲਸਾ ਦਾ ਬਯਾਨ ॥ ਪਹਿਲੀ ਰਤੂ ਬਤ ਏਹਹੈ ਕਿ ਸ਼ਬਨਮ ਕਹੀਏ ਓਸ ਧਾ ਤ੍ਰੇਲ ਦੀ ਤਰਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ੨ ਨਾੜਾਂ ਵਿਚ ਅਰਸਾਰੇਅਸਲੀ ਸਰੀਰ ਦੇਜੋੜਾਂ ਤੇ ਫੈਲ ਰਹੀਹ ਅਰ ਉਸਦਾ ਫਾਇਦਾ ਏਹ ਹੈ ॥ ਕਿ ਜਦ ਗਜਾ ਪਹੁੰਚੇ ਨਹੀ ਤੇ ਤਹਲੀਲ ਦਾ ਬਦਲ ਹੋਜਾਏ ॥

ਦੂਸਰੀ ਰਤੂਬਤ ਵੋਹਹੈ ਜੋ ਜੋੜਾਂ ਵਿਚ ਘੁਲ ਗਈ ਅਰ ਓਹੋ ਜੇਹੀ ਬਨ ਗਈ ਹੈ ਐਪਰ ਅਬੀ ਪੂਰਾਰਲਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਅਰ ਏ ਰਤੂਬਤ ਤਕੜੀ ਜਰਮੀ ਦੇ ਪਹੁੰਚਨ ਨਾਲ ਅਰ ਖੁਲ ਕੇ ਵਰਗਸ ਨਾਲ ਗਲਦੀ ਹੈ ਅਰ ਦਬੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ॥

ਤੀਸਰੀ ਰੁਤੂਬਤ ਵੋਹ ਹੈ ॥ ਜੋ ਅਸਲੀ ਜੋੜਾਂ ਦ ਇਸਦਾ ਖਮੀਰ ਬਨ ਰਿਹਾਹੈ ਅਰ ਸਰੀਰਦੇ ਸਾਰੇ ਜੋੜ ਏਸੇ ਵਲੋਂ ਮਿਲਰਹੇਹੈਂ ਅਰ ਜਿਸਵੇਲੇ ਏਹ ਰਤੂਬਤ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਰ ਸਾਰੇ ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਮੇਲ ਛੁਠਾ ਹੋ ਜਾਦਾ ਹੈ

ਅਰ ਹਕੀਮ ਪਹਿਲੀ ਰਤੂਬਤ ਨੂੰ ਦੀਵੇ ਦੇ ਤੇਲ ਨਾਲ ਮੁਸਾਬਾ ਸਮਝਤੇ ਹੈਂ ਅਰ ਦੂਸਰੀਰਤੂਬਤ ਨੂੰਉਸਦੀਵੇਦੀ ਵਟੀ ਸੇ ਜਿਨਾਂ ਤੇਲ ਹੈ ਅਰ ਤੀਸਰੀ ਰਤੂਬਤ ਨੂੰ ਉਸ ਤੇਲ ਵਰਗਾ ਜਾਨਦੇ ਹਨ ਜੋ ਬਤੀ ਦੀਆਂ ਜੁਜਾਂਦਾਮੇਲਹੈ ਤਸ਼ਬੀਆਂ ਦੇਂਦੇ ਹਨ ਸੋ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਕਿ ਪਹਿਲੀ ਰਤਬਤ ਸਰੀਰ ਸੇ ਘਟ ਹੋਜਾਂਦੀ ਹੈ ਖਾਸ ਕਰ ਦਿਲ ਕੇ ਹਵਾਲੇ ਸੇ ਐਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਮਾਨੋ ਚਰਾਗਦਾਨ ਕਾ ਰੋਗਨ ਖਰਚ ਹੋ ਗਿਆ ਅਰ ਰੋਸ਼ਨੀ ਕੀ ਮਦਦ ਟੁਟ ਗਈ ਅਰ ਯਹਾਂ ਤਕ ਨੌਬਤ ਤਹੁੰਚੀ ਕਿ ਜੇੜਾ ਰੋਗਨ ਬਤੀ ਮੈਂ ਹੈ ਓਹ ਬੀ ਖਰਚ ਹੋਇਆ ਚਾਹਤੀ ਹੈ ॥ ਯੇ ਦਿਕ ਕਾ ਪਹਿਲਾ ਦਰਜਾ ਹੈ ਉਸਦਾ ਛੇਤੀ ਇਲਾਜ ਹੋਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਦਿਕਦਾ ਪਹਿਚਾਨਨਾ ਔਖਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਦਿਕ ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਤਪ ਲਿਸਕੇ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ ਅਰ ਇਨਾਂਦੋਨਾਂ ਵਿਚ ਜੋਕੁਛ ਫਰਕਹੈ ਵੋਹ ਲਿਸਕਾ ਮੈਂ ਗੁਜਰਿਆ ॥ ਅਰ ਜਿਸਵੇਲੇ ਦੂਸਰੀ ਰਤੂਬਤ ਖਰਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਸਕੀ ਐਸੀ ਮਿਸਾਲ ਹੈ ਕਿ ਬਤੀਦਾ ਰੋਗਨ ਖਰਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਯੇ ਦਿਕ ਕਾ ਦਸਰਾ ਦਰਜਾ ਹੈ ਅਰ ਉਸ ਵਿਚ ਦਿਕ ਨੂੰ ਜਬੋਲਕ ਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਜਬੋਲ ਸੁਖਾਲਾ ਮਲੂਮ ਹੋ ਸੱਕਦਾਹੈ ਅਰਉਸਦੇ ਤਿੰਨ ਮਰਤਬੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਵਲ ਔਸਤ ਆਖਰ ਅਰ ਜਦ ਮਰਤਬਾ ਆਖਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਲਾਜ ਮੰਨਦਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਅਰ ਦੂਸਰੇ ਅਰ ਪਹਿਲੇ ਵਿਚ ਔਖਾ ਅਛਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰਜਿਸ

ਵੇਲੇ ਤੀਸਰੀ ਰਤੂਬਤ ਖਰਚ ਹੋਨ ਲਗਤੀਹੈ ਐਸਾਹੁੰਦਾਹੈ ਮਾਨੋ ਜਿਸ ਰਤੂਬਤ ਨਾਲ ਬਤੀ ਦੀਆਂਜੂਸਾਂ ਵਿਚ ਮੇਲਹੈ ਵੋਹ ਨਾਸ ਹੁੰਦੀਹੈ ਇਸ ਹਾਲਤ ਮੈਂ ਦਿਕ ਨੂੰ ਮੁਫਤਤਅਰ ਮੁਖਸਫ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਇਸਦਾ ਕਿਸੇ ਸੂਰਤ ਵਿਚ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ॥ ਅਰ ਸਮਝ ਲੈ ਜੋ ਜੋੜ ਜੁਜਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈਂ ਦੋ ਤਰਾਂ ਪਰ ਹੈਂ ਇਕ ਤਾਂ ਓਹ ਹਨ ਜੋ ਮਨੀ ਸੇ ਪੈਦਾ ਹੋਨ ਉਨਾਂਨੂੰ ਜੋੜ ਅਸਲੀਅਰਮਨਵੀਧਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਓਹ ਏਹਹਨ ਹਡੀਆਂ ਅਰ ਨਰਮ ਹਡੀਆਂਤੇਆਂਦ੍ਰਾਂ ਅਰ ਪੱਠੇ ਅਰ ਵਤਰ ਅਰ ਝਿਲੀ ਅਰ ਸਰਾਈਨਾ ਤੇ ਔ-ਰਦਾ ਦੂਸਰੇ ਵੋਹ ਹੈ ਜੋ ਖੂਨ ਸੇ ਪੈਦਾ ਹੋਤੇ ਹੈਂ ਵੋਹਯੇਹਹੈਂ ਮਾਸ ਅਰ ਚੰਮ ਅਰ ਫਿਫਰਾ ਇਨਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਦਮਵੀਆ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਤਪ ਦਿਕ ਯਾਤਾਂ ਪਹਿਲਿਆਂ ਸਬਬਾਂ ਸੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਯਾ ਅਸਬਾਬ ਬਾਦੀਯਾ ਸੇ ਪਿਛਲੇ ਸਬਬ ਜੈਸੇ ਤਪ ਮੁਹਰਕਾ ਅਰ ਸੀਨੇ ਕਾ ਵਰਮ ਗਰਮ ਅਰ ਸਤਰ ਅਲਗਿਬ ਯਾ ਤਪ ਨੇਤਕੀ ਅਰ ਤਪ ਵਰਮੀਯਾ ਅਰ ਜਿਗਰ ਤੇ ਮੇਧਾ ਅਰ ਫਿਫਰੇ ਦੀ ਗਰਮੀ ਅਰ ਤਪ ਉਫਨੀਆ ਅਰ ਇਸਦੇ ਸਿਵਾ ਕਿ ਉਸਦੀ ਗਰਮੀਂ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚੇ ਅਰ ਇਸੀ ਕਿਸਮ ਕੀ ਬਾਤ ਹੈ ਕਿ ਤਬਾ ਬੀਮਾਰ ਕੀ ਨਤਾਕਤ ਅਰ ਕੁਵਤ ਅਰ ਗਸ਼ੀ ਸੇ ਘਬਰਾ ਕਰ ਮਾਸ ਦਾ ਪਾਨੀਯਾ ਸ਼ਰਾਬਯਾਦਵਾਇਲਮੁਸਕ ਦੇਵੇ ਅਰ ਇਸ ਸਬਬ ਸੇ ਦਿਲ ਗਰਮ ਹੋਜਾਏ ਅਰ ਇਕ

ਹੈ ਜਾਇ ਅਰ ਸਬਬ ਬਾਦੀਏ ਕੇ ਜੈਸੇ ਗਮ ਅਰ ਹਮ ਅਰ
ਗਜਬ ਅਰ ਤਾਬ ਤੇ ਉਨੀਦ੍ਰਾ ਬਹੁਤਾ ਅਰ ਬਹੁਤ ਭੁਖਾ
ਰਹਿਣਾ ਜਵਾਨ ਉਮਰਵਿਚ ਅਰ ਜਿਸ ਸ਼ਖਸਦਾ ਮਿਜ਼ਾਗ
ਗਰਮ ਤੇ ਖੁਸ਼ਕ ਹੋ ਅਰ ਉਨਕੇ ਸਿਵਾ ਬਾਦੀ ਯਾ ਸਬਬ
ਜੋ ਦਿਲ ਨੂੰ ਨਿਹਾਇਤ ਗਰਮ ਕਰੇ ਕਿਉਂਕਿ ਦਿਲ ਦਿਕ
ਦਾ ਮੁਬਦਾ ਹੈ ਅਰ ਪਰਗਟ ਹੋ ਕਿ ਤਪ ਦਿਕ ਅਕਸਰ
ਇੰਤਕਾਲੀ ਹੁੰਦਾਹੈ ਕਿਉਕਿ ਯੇ ਬਾਤ ਦੁਰਾਡੀ ਹੈ ਕਿਹਰਾ
ਰਤ ਗਰੀਬ਼ਾ ਪਹਿਲੇ ਜੋੜਾਂ ਵਿਖੇ ਲੱਗ ਜਾਏ ਬਗੈਰ ਇਸ
ਗਲਦੇ ਕਿ ਖਿਲਤ ਮੈਂ ਯਾਰੂਹਵਿਚ ਲੱਗੇ ਅਰ ਯੇ ਤਪਜ਼ਦ
ਤਾਂ ਇਕੇਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਦੀ ਤਪ ਅਫਨੀ ਕੇ ਸ਼ਾਥ ਰਲਿਆ
ਹੋਯਾ ਅਰ ਤਪ ਖਮਸ ਕਹੀਯੇ ਜਿਵਾਂਸਦਸ ਕਹੀਏ ਛੇਵਾਂ
ਯਾ ਸਬਾਅ ਕਹੀਏ ਸਤਵੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲਨਾ ਬਹੁਤ ਬੁਰਾ
ਹੈ ਅਰ ਤਪ ਦਿਕ ਮੁਫਰਦ ਯਾਨੇ ਗੈਰ ਮੁਰੱਕਬ ਦੇਲੱਛਣ
ਏਹ ਹਨ ਕਿ ਨਬਜ ਸਖਤ ਅਰ ਨਕੁਬਤੀ ਤੇ ਧੀਮੀ ਹੋਵੇ
ਅਰ ਇਕ ਹਾਲ ਪਰ ਸਾਬਤ ਰਹੇ ਅਰ ਤਪ ਨਰਮ ਜਰੂਰੀ
ਹੈ ਅ ਬੀਮਾਰ ਨੂੰ ਤਪ ਸਖਤ ਦੀ ਖਬਰ ਨਾਂ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕੀ
ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਕਿ ਸਰੀਰ ਪਰਹਾਥ ਰਖੇ ਬਹੁਤ
ਗਰਮ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਜਦ ਚਿਰ ਤਕ ਹਥਰੱਖੇ ਬਹੁਤਗਰਮ
ਮਲੂਮ ਹੋਵੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਪੇਸ਼ਾਬ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਦੇਖੋ
ਧਨੀਯਤ ਅਰ ਅਜੁਜਾਇ ਸਗਾਰ ਉਸ ਵਿਚ ਮਾਲੂਮ ਹੋਨ
ਅਰ ਸਭਨਾਂ ਲੱਛਣਾ ਨੋਲੋਂ ਚੰਗਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਏਹ ਹੈ ਕਿ

ਜਿਸਵੇਲੇ ਬੀਮਾਰ ਗਜ਼ਾ ਖਾਏ ਤਪ ਖੂਬ ਜਾਹਿਰ ਹੋਵੇਅਰ ਨਬਜ ਤਕੜੀ ਹੋਜਾਏ ਅਰ ਕੁਛਕ ਭਾਰੀ ਹੋ ਜਾਏ ਸੋ ਮਦਕੂਕ ਕੇ ਹਕ ਵਿਚ ਖਾਨਾ ਐਸਾਹੈ ਜੈਸਾ ਚਰਾਗਮੇਂ ਤੇਲ ਪਾਉਣ ਵਿਚ ਚਾਨਣ ਨੂੰ ਮਦਦਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਰ ਅਕਸਰ ਐਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਾਹਲ ਹਕੀਮ ਇਸ ਖਿਆਲ ਵਿਚ ਕਿ ਤਪ ਗਜ਼ਾ ਨਾਲ ਬਹੁਤਾ ਚੜ੍ਹਦਾਹੈ ਗਜ਼ਾ ਰੋਕ ਦੇਂਦੇਹਨਅਰ ਬੀਮਾਰਨੂੰ ਮਾਰਦਿੰਦੇਹਨ ॥ ਖਬਰਦਾਰੀ ॥ ਭਾਵੇਗਜ਼ਾਖਾਨੇ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਹਾਲ ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਤਪਦਿਕ ਕੇਬਦਲ ਵਿਚ ਅਰਹੋਰਨਾਂ ਤਪਾਂਦੇ ਬਦਲਨਵਿਚ ਬੜਾਫਰਕਹੈ ਵੋਹ ਯੇਹ ਹੈ ਹੋਰਨਾਂ ਤਪਾਂ ਵਿਚ ਗਜ਼ਾ ਦੇਨੇ ਦੇ ਪਿਛੋਂਲੂੰਈਕੰਡੇ ਅਰ ਤਪਬਹੁਤਾਚਿਰਚੜ੍ਹੇਅਰਤਕਸਰਅਰਜੋੜਾਂਵਿਚਗਿਰਾਨੀ ਅਰ ਬ ਪੈਰ ਸਰਦਅਰ ਨਬਜਵਿਚ ਫਰਕ ਬਹੁਤਾ ਹੁੰਦਾਹੈ ਅਰ ਤਪ ਦਿਕ ਵਿਚ ਬਿਨਾ ਇਸ ਗਲਦੇ ਕਿ ਤਪ ਜਾਹਿਰ ਹੋਜਾਏ ਔਰ ਕੋਈ ਬਾਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਇਸ ਸ਼ਰਤ ਪਰ ਜੋ ਦੂਸਰੇ ਤਪ ਉਸਦੇ ਨਾਲ ਨਾ ਹੋਨ ਅਰ ਰਲਜਾਨ ਦਾ ਨਿਸਾਨ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਤਪ ਨਰਮ ਰਹੇ ਅਰ ਅਫਨਾਕੀ ਵਾਰੀ ਪਰ ਜੋਰਦਾ ਚੜ੍ਹੇ ਅਰ ਲੂੰਈ ਕੰਡੇ ਅਰ ਨਾਫਸ ਸੇ ਖਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇ ਜੇਕਰ ਮਾਦਾ ਅਫਨੀਦਾ ਨਾੜਾਂ ਦੇ ਬਾਹਰ ਹੈ ਅਰ ਇਸੀ ਤਰਾਂ ਜੇੜ੍ਹੇ ਤਪ ਦੇ ਨਾਲ ਕਿ ਰਲਾ ਹੈ ਉਸਦੇ ਦੁਖ ਸੁਭਾਵਕ ਜਾਨ ਸਕਤੇ ਹੈਂ ॥

ਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਕਿ ਪਹਿਲੀ ਰਤੂਬਤ ਖਰਚ ਹਜਾਏ

ਅਰ ਗਰਮੀ ਦੂਸਰੀ ਰਤੂਬਤ ਵਲ ਪਹੁੰਚੇ ਦਿਨ ਉਸ ਵੇਲੇ ਜਬੂਲ ਕਹਿਤੇ ਹੈਂ ਜਬੂਲ ਦੇਲਛਣ ਏਹ ਹੈਨ ਅਖੀਂਆਂ ਵਿਚ ਟੋਏ ਪੈਜਾਂਨ ਅਰ ਖੁਸ਼ਕ ਛਪੜੇ ਉਨਮੈ ਆਏਂ ਅਰ ਸਿਰ ਦੀਆਂ ਹਡੀਆਂ ਲਗ ਪੈਣ ਦਿਸਣ ਅਰ ਪੁੜ ਪੁੜੀਆਂ ਬੈਠ ਜਾਂਨ ਅਰ ਮੱਥੇਦਾ ਮਾਸ ਖਿਚਿਆਜਾਏਅਰ ਚਮੜੇ ਦੀ ਰੌਨਕ ਅਰ ਤਾਜਗੀ ਨਾ ਰਹੇ ਅਰ ਐਸਾ ਮਾਲੂਮ ਹੋਵੇ ਕਿ ਗੁਬਾਰ ਆਲੂਦਾਹੈ ਅਰ ਭਵਾਂ ਭਾਰੀਆਂ ਅਰ ਅਖੀਆਂ ਨੀਦ੍ਰ ਦੀਆਂ ਭਰੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹੈਨ ਅਰ ਨਕ ਦੀ ਨੋਕ ਅਰ ਗਰਦਨ ਬਾਰੀਕ ਅਰ ਕੰਨ ਹਲਕੇ ਅਰ ਛੋਟੇ ਹੋਜਾਣ ਅਰ ਛੋਟੀ ਪਸਲੀ ਤੇ ਛਾਤੀ ਦੀਆਂ ਹਡੀਆਂ ਨਿਕਲ ਆਉਣਅਰ ਪੇਸ਼ਾਬ ਵਿਚ ਧਨੀਯਤ ਅਰ ਛੋਟੀਆਂ ੨ ਜੁਜ਼ਾਂ ਬਹੁਤ ਮਾਲੂਮ ਹੋਣ ਅਰ ਵਾਲ ਵਧ ਜਾਏ ਅਰ ਜੂੰਆਂ ਪੈਜਾਣ ਅਰ ਸਾਨੇ ਚ ਜਾਣ ਫਿਰ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਜ-ਬੂਲ ਪਹਿਲੇ ਦਰਜੇ ਵਿਚਹੈ ਅਰ ਯੇ ਨਿਸਾਨ ਬੀ ਬਹੁਤ ਘਟ ਮਾਲੂਮ ਹੋਨ ਅਰ ਐਸੇ ਤਰਾਂ ਵਧ ਜਾਣ ਏਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਦੂਸਰੇ ਦਰਜੇ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚਣ ਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਦੂਜੇ ਦਰਜਿਓ ਲੰਘ ਕੇ ਤੀਸਰੇ ਦਰਜੇ ਵਿਚ ਆਏ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਵਾਲ ਝੜਨ ਲਗਣ ਅਰ ਨਖ ਟੇਢੇ ਹੋਜਾਨ ਅਰ ਪੋਸਤ ਅਰ ਹਡੀਆਂ ਦੇ ਸਿਵਾ ਕੁਛ ਬਾਕੀ ਨਾ ਰਹੇ ਇਸ ਬਾਤਦੀ ਨਿਸਾਨੀ ਹੈ ਕਿ ਵਸਾਲ ਨੇੜੇ ਹੋਨ ਵਾਲਾ ਹੈ ਅਰ ਜਿਨਾ ਚਿਰ ਮਾਸ ਅਰ ਖੂੰਨ ਅਰ ਤਾਜਗੀ ਅਰ ਕੁੱਵਤ ਦੀ ਬਾਕੀ

ਰਹਿੰਦੀ ਅਰ ਹਡਾਂ ਪਰ ਮਾਸ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਉਮੈਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਫਲਾਹ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚੇ ॥ ਖਬਰਦਾਰੀ ॥ ਜਦਕਿ ਤਪ ਯੌਮੀ- ਆ ਤਿੰਨਾਂ ਰਾਤਾਂ ਅਰ ਦਿਨ ਸੇ ਵਧਕੇ ਅਰ ਟੁਟਨੇ ਦੇ ਲਛ ਣ ਨਾ ਦਿਸਨ ਅਰ ਗਰਮੀ ਬਹੁਤੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਖੁਸ਼ਕੀ ਇਤਨੀ ਵਧ ਜਾਵੇ ਜੋ ਉਸ ਤਪ ਵਿਚ ਨਹੀ ਹੋਸਕਦੀ ਅਰ ਮੁਖ ਪਰ ਪਿਲੱਤਣ ਛਾ ਜਾਏ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਤਪ ਯੌਮੀਆ ਦਿਕ ਵਿਚ ਜਾਇ ਪਿਆ॥ ਇਲਾਜ ॥ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਨਿਸਚਾ ਹੋਜਾਏ ਕਿ ਤਪ ਦਿਕ ਹੈ ਛੇਤੀਇਲਾਜ ਮੈ ਯਤਨ ਕਰੇ ਅਰ ਮੁਹਲਤ ਨਾ ਦੇਵੇ ਕਯੋਂਕਿ ਇਸ ਤਪ ਦਾ ਇਲਾਜ ਪਹਿਲ ਵਿਚ ਛੇਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰਉਸਦੀਤਦ ਬੀਰ ਯੇਹਹੈ ਕਿ ਸਰਦਾਈ ਅਰ ਤਰਾਵਤ ਵਿਚ ਯਤਨ ਕਰੇ ਪੰਜ ਵਜਾਸੇ ਇਕ ਤਾਂ ਯੇਹ ਕਿ ਘਰ ਕੀ ਹਵਾ ਅਰ ਮਕਾਨ ਅਰ ਫਰਸ ਕੀ ਸਫਾਈ ਕਰੇ ਦੂਸਰੇ ਯੇਹ ਕਿਹਮਾਮ ਅਰ ਆਬਜਨ ਅਰ ਤਮਰੀਖਦਾ ਵਰਤਨਾ ਤੀਸਰਾ ਯੇਹ ਕਿ ਦੂਧ ਪਿਲਾਏ ਅਰ ਜੋੜਾਂ ਪਰ ਛਾਲੇ ਚੌਥੇਯੇ ਕਿਸ਼ਰਬਤ ਅਰ ਦਵਾਵਾਂ ਮੁਨਾਸਬ ਦੇਵੇ ਪੰਜਵਾਂ ਯੇਹ ਕਿ ਗਜਾ ਮੁਆ ਫਿਕ ਖਿਲਾਏ ਹੁਣ ਸਬ ਦਾ ਵਖਰੋ ਵਖਰਾ ਹਾਲਦਸਨੇਹਾਂ॥ ਫਾਇਦਾ॥ਹਵਾਅਰ ਮਕਾਨ ਅਰ ਫਰਸਕੀਤਦਬੀਰ ਜੇਕਰ ਗਰਮੀ ਦੀ ਬਹਾਰ ਹੋਵੇ ਠੰਢੇ ਮਕਾਨ ਮੇਂ ਜੋਉਤਰ ਦੇ ਰੁਖ ਹੋਵੇ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਰਖੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਉਸ ਮਕਾਨ ਵਿਚ ਪਾਨੀ ਜਾਰੀ ਹੋਵੇ ਅਰ ਪਾਨੀ ਕੇ ਕਨਾਰੇ ਬਿਸਤਰਾ ਬਿਛਾਵੇ ਯਾ

ਮੰਜੇ ਪਰ ਪਾਕਰ ਬਿਮਾਰ ਨੂੰ ਰਖੇ ਸਰਦਾਈ ਅਰਤਰਾਵਤ ਬੜੀ ਹੁੰਦੀਹੈ ਅਰ ਨਿਹਾਇਤ ਖੂਬਹੈ ਅਰ ਨਰਮ ਕਤਾਨ ਦਾ ਬਿਸਤਰਾ ਕਰੇ ਅਰ ਚੰਗਾ ਬਿਸਤਰਾ ਹਸੀਰਾ ਤਾਜਾਹੈ ਕਿ ਕਤਾਨ ਨਾਲ ਉਸਨੂੰ ਭਰ ਦੇਵੇ ਅਰ ਹਫਤੇ ਪਿਛੋਂ ਕਾ- ਤਾਨ ਬਦਲ ਤੇ ਰਹੇਂ ਯਾ ਉਸੇ ਧੁਲਾਕਰ ਵਰਤਲੇਵੇ ਤਾਕਿ ਨਰਮ ਹੋਜਾਏ ਅਰ ਸਰਦ ਫੁਲਾਂ ਨੂੰ ਅਰ ਖੁਸਬੋਆਂ ਦੇ ਕਿਸਮਾਂ ਨੂੰ ਜੈਸੇ ਬਨਫਸਾ- ਨੀਲੋਫਰ-ਸੰਦਲ- ਗੁਲਾਬ ਅਰ ਕਫੂਰ ਤੇ ਬਰਫ ਯੇ ਯਖ ਕੇ ਤੋਦੇ ਬੀਮਾਰ ਦੇ ਅਗੇ ਰਖੇ ਅਰ ਉਸਦੇ ਉਦਾਲੇ ਵਡੇ ਵਡੇ ਕੂੰਡਿਆਂ ਵਿਚ ਅਰ ਤਾਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਕੋਸਾ ਪਾਨੀ ਭਰ ਰਖੇ ਅਰ ਕਤਾਨ ਦੇ ਪਖੇਭਿਗੋ ਕਰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਹਲਾਏ ਅਰ ਸੰਦਲ, ਗੁਲਾਬ, ਧਨੀਏ ਦਾ ਪਾਨੀ ਹਰੇ ਦਾ ਅਰਖੁਰਫੇ ਦੇ ਪਤਾਂਦਾ ਪਾਨੀ ਅਰਹੀਲ ਆਮ ਦਾ ਪਾਨੀ ਅਰ ਗੁਲਰੋਗਨ ਅਰ ਰੋਗਨਬਨਫਸਾ ਮੇ ਕਪੜਾ ਤਰ ਕਰਕੇ ਅਰ ਸੀਨੇ ਅਰ ਮੋਢਿਆਂਤੇਰਖੇਜਬ ਵੋਹ ਕਪੜਾ ਗਰਮ ਹੋ ਉਸਕੋ ਉਠਾਕਰ ਦੂਸਰਾ ਰਖੇ ਅਰ ਇਸ ਕਪੜੇ ਦਾ ਵਰਤਨਾ ਉਸ ਵੇਲੇ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗਜਾ ਮੇਧੇ ਪ ਨਾ ਹੋ ਅਰ ਸਭ ਦਿਨਾਂਵਿਚ ਦੋ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਨਾ ਕਰੇ ਕਜੋਂਕਿ ਬਹੁਤੀ ਸਰਦਾਈਵਿਖੇ ਦਮਾ ਉਲਟੇ ਵਿਚ ਬੜਾ ਜੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਰ ਬੋਲਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਸਰਦ ਕਰੜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਕੰਬਣ ਲਗੇ ਠੰਢਾ ਕਪੜਾ ਨਾਂ ਦੇਵੇ ਠੰਢਿਆਈ ਨੂੰ ਕੋਸਾ ਕਰ ਲਵੇਪਿਠ

ਅਰ ਨਾਫ ਅਰ ਤਲੀਆਂ ਤੇ ਹਥ ਅਰ ਨਕ ਅਰਕੰਨ ਤੇ ਗੁਦਾ ਪਰਰੋਗਨ ਬਨਫਸਾ ਰੋਗਨ ਕਦਆਂ ਦੀਆਂ ਗਿਰੀ-ਆਂ ਦਾ ਮਿਠਾ ਮਾਲਸ਼ ਕਰਨਾ ਪੂਰਾ ਨਫਾ ਕਰਤਾਹੈ ਜੇਕਰ ਸਿਆਲ ਦੀ ਬਹਾਰ ਹੋਵੇ ਮਕਾਨ ਦੀ ਹਵਾ ਮੁਅਤਦਿਲ ਚਾਹੀਏ ਔਰ ਬਸਤਰ ਧੋਤੇ ਹੋਏ ਨਰਮ ਕਪਾਸ ਕਾ ਕਿਉਸ ਮੈਂ ਕੋਈ ਰੂਈ ਬਹੁਤੀ ਹੋਵੈ ਮੁਨਾਸਬ ਹੈ ਅ ਬੀਮਾਰਨੂੰ ਲਿਬਾਸ ਫਸਲਾਂ ਦੇ ਮੁਨਾਸਬ ਪਹਿਨਾਏ ਜੈਸੇ ਗਰਮੀਮੈਂ ਕਤਾਨ ਅਰਤੇਜੀ ਅਰ ਜਾੜੇ ਮੈਂ ਕਪਾਸ ਨਰਮ ਅਰਸਿਸਤਾ

॥ ਫਾਇਦਾ ॥ ਹਮਾਮ ਅਰ ਆਬਜਨ ਅਰਤਮਰੀਖ ਕੀ ਤਦਬੀਰ ਕਾ ਬਿਆਨ ॥ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਹਮਾਮ ਅਰ ਆਬਜਨ ਬਹੁਤ ਖੂਬ ਅਰ ਕੋਸਾ ਜੇਹਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਪਾਨੀ ਮੈ ਇਸ ਕਦਰ ਗਰਮੀ ਹੋ ਕਿ ਬੀਮਾਰ ਕੋ ਖੁਸ ਮਾਲੂਮ ਹੋ ਅਰ ਹਮਾਮ ਦੀ ਗਰਮੀ ਇਤਨੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਦਿਲ ਕੋ ਗਰਮ ਕਰੇ ਅਰ ਸਾਂਸ ਮੈ ਫਰਕ ਆਏ ਅਰ ਮੁੜਕਾ ਆਜਾਏ ਅਰ ਜੇਕਰ ਪਾਨੀ ਮੈ ਬਨਫਸ਼ਾ ਨੀਲੋਫਰ ਕਦੂਕੇ ਪਤੇ ਕਾਹੂ ਦੇ ਪਤੇਪਕਾਏਨਿਹਾਇਤ ਚੰਗਾ ਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਕਦੂ ਛਿਲਕਰ ਅਰ ਕਛੁ ਜਵਾਂ ਦਾ ਕੋਟਾ ਆਬਜਨ ਪਕਾਏ ਤਬ ਬੀ ਚੰਗਾ ਹੈ ਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਕਿ ਹਮਾਮ ਦਾ ਇਰਾਦਾਕਰੇ ਪਹਿਲੇ ਕਸਕਾਬ ਖਿਲਾਏ ਅਰ ਦੋ ਘੜੀ ਸਰਬ ਕਰਕੇ ਹਮਾਮ ਵਿਚ ਲੈਜਾਏ ਅਰ ਆਬਜਨ ਵਿਚ ਬਠਲਾਏ ਅਰ ਹਮਾਮ ਅਰ ਆਬਜਨ ਉੱਨਾਂ ਚਿਰ ਰਖੇ ਕਿ ਪੋਸਤ ਨਰਮ ਹੋ ਅਰ

ਉਸ ਵਿਚ ਭਰੀ ਆਜਾਏ ਅਰ ਹਮਾਮ ਕੇ ਪਿਛੋਂ ਸਰਦ ਪਾਨੀਂ ਵਿਚ ਗੋਤਾਦੇਵੇ ਗਰਦਨ ਤਕ ਅਰ ਐਸਾਹੀ ਬਗੈਰ ਦੁਖ ਦੇ ਕਢ ਲਵੇ ਅਰ ਪਾਨੀਂ ਇਸ ਥੋਂ ਵਧ ਨ ਹੋਵੇ ਜੈਸਾ ਕਿ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਹਮਾਮਦੇ ਪਿਛੋਂ ਸਰਦ ਪਾਨੀਂ ਦੇ ਗੋਤੇ ਦਾ ਏਹ ਫਾਇਦਾ ਹੈ ਜੋ ਹਮਾਮਦੀ ਗਰਮੀਂ ਹਟਜਾਏ ਅਰ ਕੁਵਤ ਆਜਾਏ ਅਰ ਖੁਲੇ ਹੋਏ ਮੁਸਾਮ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਏਂ ਇਸ ਵਜਾਸੇ ਕਿ ਰਤੂਬਤ ਹਮਾਮ ਅਰ ਆਬਜਨ ਸੇ ਪਹੁੰਚੀ ਹੈ ਸਰੀਰ ਮੈਂ ਦਬੀ ਨਾ ਜਾਏ ਅਰਸਰਦ ਪਾਨੀਂ ਕੇ ਨਿਕਾਲਨੇਕੇ ਬਾਦ ਤਰਾਵਤੀ ਰੋਗਨ ਜੈਸੇ ਰੋਗਨ ਬਨ-ਫਸਾ ਤੇ ਨੀਲੋਫਰ ਰੋਗਨ ਕਦੂ ਰੋਗਨ ਬਾਦਾਮ ਮਲੈ ਅਰ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਰੋਗਨ ਕੋ ਪਾਨੀ ਮੈਂ ਮਿਲਾਕਰ ਮਰਦਨਕਰੇ॥

ਖਬਰਦਾਰੀ॥ ਹਮਾਮ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਸਰਦਪਾਨੀਵਿਚ ਉਸ ਸ਼ਖਸ ਨੂ ਗੋਤਾ ਦੇਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਅਬੀ ਕੁਛ ਗੋਸਤ ਉਸ ਕੇ ਸਰੀਰ ਪਰ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਅਰ ਸਰਦ ਪਾਨੀਂ ਮੈ ਲਾਨੇ ਕਾ ਯੇ ਤ੍ਰੀਕਾ ਹੈ ਕਿ ਹਮਾਮਦੇ ਬਾਦ ਇਸ ਪਾਨੀਮੈਂ ਕਿ ਹਮਾਮ ਕੇ ਪਾਨੀਸੇ ਗਰਮੀਂ ਵਿਚ ਘਟ ਹੋ ਲਾਏ ਫਿਰ ਉਸ ਪਾਨੀਂ ਮੇਂ ਕਿ ਉਸਕੀ ਗਰਮੀਂ ਇਸਸੇ ਬੀ ਘਟਹੋ ਅਰਇਸੀਤਰਾਂ ਕੁਛਕ ਸਰਦੀ ਮਾਇਲ ਪਾਨੀ ਮੈਂ ਲਾਏ ਏਥੋਂ ਤਕਕਿਸਰਦ ਪਾਨੀ ਮਂ ਨੌਬਤ ਪਹੁੰਚੇ ਅਰ ਫਾਇਦਾ ਬਿਲਾ ਦੁਖ ਪਹੁੰਚੇ ਅਰ ਜਦ ਹਮਾਮ ਅਰਸਰਦਪਾਨੀਂ ਅਰਰੋਗਨਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰ ਚੁਕੇ ਕੋਈ ਨਰਮ ਚੀਜ ਖੁਲਾਏ ਜੈਸੇ ਹਰੀਰਾਕੇਜਵਾਂਦੇ

ਕੋਟੇ ਬਨਾਏ ਯਾ ਲੱਸੀ ਤਾਜ਼ੀ ਯਾ ਜਰਦੀ ਆਂਡੇ ਦੀ ਚੀਕ
ਹੂੰਨੀ ਅਰ ਜੇਕਰਗਜ਼ਾਖਾਨੇਕੇਬਾਦਜਦ ਚਾਰਘੜੀਆਂ ਗੁਜ਼
ਰਨ ਇਕ ਵੇਰੀ ਫੇਰ ਹਮਾਮ ਵਿਚ ਲੈਜਾਏ ਪੂਰਾ ਫਾਇਦਾ
ਕਰਤਾ ਹੈ ਅਰ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਹਮਾਮਦੇ ਲੈ ਜਾਨੇ ਮੈਂ ਅਰ
ਆਬਜਨ ਕੇ ਬਠਾਨੇ ਮੈਂ ਬੀਮਾਰ ਨੂ ਕੋਈ ਹਰਜ ਨਾ ਹੋ
ਏਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਜੇਕਰ ਆਬਜਨ ਮੈਂ ਆਨੇ ਸੇ ਤਕਲੀਫ ਹੋ
ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਇਕ ਥੈਲੇ ਮੈਂ ਬਠਲਾਕਰ ਥੈਲੇਕੋਦੋਨੋ ਤਰਫੋਂ
ਸੇ ਪਕੜ ਕਰ ਉਠਾਏ ਅਰ ਗਰਦਨ ਤਕ ਪਾਨੀ ਮੈਂ ਨਿ-
ਲਾਏ ਅਰ ਏਸਤਰਾਂ ਦੋ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਬਠਲਾਏ ਅਰ ਬਠ-
ਕਾਲ ਲਵੇ ਅਰ ਛੇਤੀ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਆਏ ਤਾ ਕਿ ਨਤਾ
ਕਤ ਨਾ ਹੋ ॥ ਫਾਇਦਾ ॥ ਦੁਧ ਅਰ ਲਸੀਕੇਬਿਆਨ ਵਿਚ
ਜੋ ਤਪ ਦਿਕ ਵਿਚ ਵਰਤਦੇ ਹਨ ਉਸ ਵਿਖੇ ਏਹ ਸ਼ਰਤਾਂ
ਹਨ ਕਿ ਜੇਕਰ ਉਨਾਂਦੀ ਰਿਆਇਤ ਨਾ ਕਰੇ ਤਾਂ ਉਸ
ਵਿਚ ਨਾਰਾਜਗੀ ਆਉਂਦੀਹੈ ਅਰ ਆਖਰ ਵਬਾਲ ਆਉਂ-
ਦਾ ਹੈ ਪਹਿਲੀ ਸ਼ਰਤ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਦੂਸਰੇ ਤਪ ਦਿਕ
ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਨਾ ਜਾਵੇ ਦੂਸਰੀ ਸਰਤ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ
ਵਾਧੂ ਮਾਦਾ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਨਾ ਹੋ ਜੋ ਗੰਦਾ ਹੋਜਾਏ ਤੀਸਰੀ
ਸਰਤ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਦਿਕ ਦੇ ਸਿਵਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਦੁਖ ਐਸਾ
ਨਹੀਂ ਹੋਵੇ ਜਿਸਨੂ ਦੁਧ ਅਰ ਦਹੀਂ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰੇ ਚੌਥੀ
ਸ਼ਰਤ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਬੀਮਾਰ ਦੀ ਤਬੀਯਤ ਐਸੀ ਨਾ ਹੋ ਕਿ
ਦੁਧ ਪੀਨੇ ਸੇ ਬਹੁਤ ਦਸਤ ਆਨੇ ਲਗੇਂ ॥ ਪੰਜਵੀਂ ਸ਼ਰਤ

ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਪਿਲਾਨੇ ਕੇ ਬਾਦ ਬੀਮਾਰ ਕੋ ਐਸੀ ਚੀਜ ਸੇ ਮਨੇ ਕਰੇ ਜਿਸਸੇ ਦੁਧ ਮੇਧੇ ਵਿਚ ਬੱਝ ਜਾਏ ਅਰ ਮਦਕੂਕ ਕੇ ਲੀਏ ਸਭ ਕਿਸਮਕੇਦੂਧਸੇ ਚੰਗਾਇਸਤ੍ਰੀਕਾ ਦੁਧਹੈ ਫਿਰ ਗਧੀ ਕਾ ਦੁਧ ਫਿਰ ਬਕਰੀਕਾ ਦੂਧ ਔਰ ਗਧੀ ਦੇ ਦੁਧ ਮੈਂ ਬੂਛਸ਼ਰਾਇਤਹੈ ਇਕਤਾਂ ਏਹ ਕਿ ਉਸਕੇ ਜਨਨੇ ਪਰ ਚਾਰ ਮਹੀਨੇ ਗੁਜਰੇ ਅਰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਅਰ ਜਵਾਨ ਅਰ ਤਕੜੀ ਹਾਜਮਾ ਹੋ ਅਰ ਸਾਰਿਆਂ ਹਵਾਨਾਂ ਕੀ ਕੁਵਤ ਹਾਜਮਾ ਕਾ ਯੇਹ ਨਿਸ਼ਾਨ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਕੀ ਗੋਬਰ ਮੈਂ ਬਹੁਤੀ ਬਦਬੋ ਨਾ ਹੋ ਅਰ ਖੁਸ਼ਕੀ ਅਰ ਤਰੀ ਮੈਂ ਮੁਅਤਦਿਲ ਹੋ ॥ ਦੂਸਰੀ ਸ਼ਰਤ ਯੇਹ ਹੈ ਗਧੀ ਦਾ ਦੁਧ ਕੇ ਦੇਨੇ ਮੈ ਜੋ ਇਕ ਪਿਆਲਾ ਗਰਮ ਪਾਨੀਸੇਭਰੇ ਅਰ ਉਸ ਪਿਆਲੇਮੈਂ ਚੀਨੀ ਕਾ ਪਿਆਲਾ ਰਖੇ ਫਿਰ ਉਸ ਵਿਚ ਦੁਧ ਨਿਕਾਲੈ ਅਰ ਨਿਕਾਲਦੇ ਹੀ ਪੀਲੇਵੇ ਜੇਕਰ ਦੋਨਾਂ ਸਰਤਾਂਦੀ ਰਿਆਇਤ ਰਖੇ ਨਹੀ ਤਾਂ ਦੁਖਦਾਇਕ ਹੈ ਅਰ ਜੋਨਸਾ ਦੂਧ ਮਦ ਤਕ ਨੂ ਪਿਲਾਏ ਉਸਦਾ ਅੰਦਾਜਾ ਅਰ ਤਰਕੀਬ ਯੇਹ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਅਧਾ ਸਕਰਾ ਦੇਵੇ ਅਰ ਦੂਸਰੇ ਦਿਨ ਇਕ ਸਕਰਾ ਅਰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਅਧਾਸਕਰਾ ਵਧਾਵੇ ਸਤਦਿਨ ਤਕ ਜੈਸਾ ਕਿ ਸਤਵੇਂ ਦਿਨਸਾਢੇ ਤਿੰਨ ਸਕਰੇਆਜਾਏ ਫਿਰ ਸਤ ਦਿਨ ਇਸੀ ਕਦਰ ਰਖੇ ਨਾ ਘਟਾਏ ਨ ਵਧਾਏ ਉਸ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਹਰ ਰੋਜ ਅਧਾ ਸਕਰਾ ਘਟ ਕਰੇ ਅਰ ਜਾਲੀ ਨੂਸ ਕਹਿਤਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁਧ ਪਿਲਾਨੇਕੇਬਾਦਇਕਘੜੀ ਗੁਜਰੇ

ਬੀਮਾਰ ਕੀ ਨਬਜ਼ ਦੇਖੋ ਜੇਕਰ ਦੁਧ ਪੀਨੇ ਸੇ ਪਹਿਲੇ ਕੋਲੋਂ ਬਹੁਤੀ ਤਕੜੀ ਅਰ ਭਾਰੀ ਮਲੂਮ ਹੋ ਇਸ ਬਾਤ ਦੀ ਨਿਸਾਨੀ ਹੈ ਕਿ ਦੁਧ ਖੂਬ ਹਜਮ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਰ ਫਸਾਦੀ ਨਹੀ ਹੋਇਆ ਫਿਰ ਦੂਜੇਦਿਨ ਬਹੁਤਾ ਦੇਨਾ ਚਾਹੀਏ ਅਰ ਜੇਕਰ ਨਤਾਕਤੀ ਯਾ ਮੁਖਤਲਿਫ ਯਾ ਭਾਰੀ ਅਰ ਧੀਮੀ ਮਾਲੂਮ ਹੋਵੇ ਇਸ ਬਾਤ ਦੀ ਦਲੀਲ ਹੈ ਕਿ ਦੁਧ ਫਸਾਦੀ ਹੋਵੇ ਹੈ ਅਰ ਦੁਧ ਕੇ ਪਿਲਾਨੇ ਮੇਂ ਠਹਿਰ ਜਾਏ ਅਰ ਜਦ ਕਦੀ ਦੁਧ ਪਿਲਾਨੇ ਵਿਚ ਗਰਮੀ ਮਾਲੂਮ ਹੋ ਅਰ ਤਪ ਕੇ ਲਛਣ ਮਾਲੂਮ ਹੋਨ ਦੁਧਨੂ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਵਾਜਬ ਹੈ ਅਰ ਉਸਦੀ ਜਗਾ ਖੀਰਿਆਂ ਦਾ ਪਾਣੀ ਅਰ ਤਰਬੂਜ ਦਾ ਪਾਣੀ ਅਰ ਖੁਰਫੇ ਦੇ ਬੀਜਾਂਦਾ ਪਾਣੀ ਅਰ ਕੁਰਸ ਕਾਫੂਰ ਦੇਵੇ॥ ਖਬਰਦਾਰੀ॥ ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਦੁਦ ਕੇ ਪਿਲਾਨੇ ਸੇ ਗੰਦ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ ਸਰਬਤ ਆਲੂ ਬੁਖਾਰੇ ਦਾ ਅਰ ਸਰਬਤ ਬਨਫਸਾ ਅਰ ਮੇਵਿਆਂਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਤਬਾਨੂ ਨਰਮਕਰਨਾਚੰਗਾਹੈ ਅਰ ਇਸ ਬਾਤ ਕਾ ਪਰਹੇਜ ਜੋ ਦੁਧ ਮੇਧੇ ਵਿਚ ਪਨੀਰ ਨਾ ਹੋਜਾਵੇ ਇਸਤਰਾਂ ਪਰ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਕਦਰ ਦੇਨਾ ਮਨ ਜੂਰ ਹੋਵੇ ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਦੇਵੇ ਅਰ ਕੁਛਕ ਨਿਮਕ ਅਰ ਸਹਿਤ ਉਸ ਵਿਚ ਰਲਾਏ ਅਰ ਕਹਿਤੇ ਹੈਂ ਕਿ ਸਕਰ ਸਹਿਤ ਸੇ ਚੰਗੀ ਹੈ ਅਰ ਜਿਥੇ ਤਬਾ ਨਰਮ ਹੋਵੇ ਲੂਣ ਨਾ ਰਲਾਵੇ ਅਰ ਸਕਰ ਥੋੜੀ ਅਰ ਜਿਸ ਦਿਨ ਦੁਧ ਪਿਲਾਵੇ ਅਰ ਯਾ ਪਿਲਾਨੇ ਕਾ ਇਰਾਦਾ ਹੋਵੇ ਮਛਲੀ

ਸੇ ਮਨਾ ਕਰੇ ਅਰ ਖਟਿਆਈ ਭੀ ਨਾ ਦੇਵੇ ਅਰ ਇਕ ਜਮਾਇਤ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੈ ਜੋ ਇਕ ਹਿਸਾ ਦੁਧ ਅਰ ਦੋ ਹਿਸੇ ਮੀਂਹ ਦਾ ਪਾਨੀ ਰਲਾਕੇ ਉਬਾਲਾ ਦੇਵੇ ਜਦ ਅਧਾ ਬਾਕੀ ਰਹੇ ਸਕਰ ਮਿਲਾਕਰ ਦੇਵੇ ਪੂਰਾ ਫਾਇਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਕਿ ਤਬੀਯਤ ਨਰਮ ਹੋ ਅਰ ਨਤਾਕਤੀ ਪੈਦਾ ਕਰੇ ਦੁਧ ਨਾ ਪਿਲਾਨਾ ਚਾਹੀਏ ਅਰ ਦੁਧਦੀ ਜਗਾ ਤਾਜੀ ਲੱਸੀ ਮਖਣ ਨਿਕਾਲ ਕਰ ਲੋਹੇ ਸੇ ਬੁਝਾਕਰ ਅਰ ਕਬਜ ਚੀਜ ਜੈਸੇ ਤਬਾਸ਼ੀਰ ਯਾ ਤਰਾਮੀਸ ਡਾਲ ਕਰ ਦੇਨਾ ਚਾਹੀਏ ਤਾਕਿ ਕਬਜ ਕਰੇ ਅਰ ਜੇਕਰ ਤਪਦਿਕ ਦੇ ਨਾਲ ਖੰਘ ਹੋਵੇ ਇਕ ਦਿਰਮ ਕਤੀਰਾ ਦੁਧਅਰਸਕਰਮਿਲਾਕਰ ਦੇਵੇ ਅਰ ਕਿਕਰ ਦਾਂ ਗੂੰਦ ਮੂੰਹ ਮੈਂ ਰਖੇ ਅਰਉਸਦੇਸਿਵਾ ਜੋ ਕੁਛ ਕਿ ਹਾਲਕੇ ਮੁਨਾਸਬ ਹੋ॥ ਮਦਕੂਕ ਕਹੀਏ ਦਿਕ ਵਾਲੇ ਨੂ ਲਸੀ ਦੇਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਇਸਤਰਾਂ ਪਰ ਹੈ ॥ ਕਿ ਗੋਕਾ ਦਹੀ ਲੈਕਰ ਰਿੜਕ ਕੇ ਮਖਨ ਕਢ ਲੇਵੇ ਅਰ ਦੋ-ਪਹਿਰ ਤਕ ਰਖ ਛਡੇ ਕਿ ਥੋੜੀ ਜੇਹੀ ਖਟੀ ਹੋ ਜਾਏ ਅਰ ਜਦ ਅਧਾ ਦਿਨ ਗੁਜਰ ਜਾਂਏ ਉਸ ਨੂ ਪਿਲਾਵੇ ਤਾ ਕਿ ਉਸਦਾਂ ਪਾਨੀ ਉਪਰ ਆਗਿਆ ਹੈ ਸਾਰਾ ਉਸ ਵਿਚ ਰਲ-ਜਾਏ ਫਿਰ ਪਕੀ ਰੋਟੀ ਭੁੰਨ ਕਰ ਅਰ ਕੁਟ ਕਰ ਨਰਮ ਕਰੇ ਅਰ ਦਸ ਦਿਰਮ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਤੀਸ ਦਿਰਮ ਤਕ ਲਸੀ ਪਾ ਦੇਵੇ ਕਿ ਖੂਬ ਮਿਲਜ ਵੇਫਿਰ ਰੋਗੀ ਨੂ ਦੇਵੇ ਅਰ ਦੂਸਰੇ ਦਿਨ ਜੇ ਦਿਰਮ ਲਸੀ ਵਧਾਵੇ ਅਰ ਇਕ ਦਿਰਮ ਰੋਟੀ

ਘਟ ਕਰਦੇ ਅਰ ਇਸੇਤਰਾਂ ਪੰਜਦਿਰਮਲਸੀ ਵਧਾਵੇ ਅਰ ਇਕ ਦਿਰਮ ਰੋਟੀ ਘਟਾਈ ਜਾਵੇ ਏਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਰੋਟੀ ਮੁਕ ਜਾਏ ਫਿਰ ਹਮੇਸਾ ਪੰਜ ਦਿਰਮ ਲਸੀ ਘਟਾਏ ਅਰ ਇਕ ਦਿਰਮ ਰੋਟੀ ਵਧਾਵੇ ਏਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਲਸੀ੩੦ ਦਿਰਮ ਅਰ ਰੋਟੀ ਦਸ ਦਿਰਮਪਰਆਜਾਏ ਅਰ ਇਸ ਸਖਸਕੋ ਜੋ ਲਸੀ ਇਕ ਬਹੁਤੇ ਚਿਰ ਤਕ ਦੇਨਾ ਚਾਹੇ ਰੋਟੀ ਅਧੇ ਦਿਰਮ ਸੇ ਵਧਾਵੇ ਅਰ ਇਸੀ ਕਦਰ ਘਟਾਏ॥ਖਬਰਦਾਰੀ॥ ਅੰਦੇਸਾ ਹੋ ਕਿ ਲਸੀ ਦੇ ਸਬਬ ਕੋਈ ਤੱਪ ਯਾ ਮਾਦਾਗਰਮੀਦਾਪੈਦਾਹੋਵੇ ਹੈ ਲਸੀ ਨੂੰ ਕੁਰਸ ਤਬਾਸੀਰ ਦੇ ਨਾਲ ਦੇਨਾਚਾਹੀਏ॥ਬਿਧ ਕੁਰਸ ਤਬਾਸੀਰਦੀ ਜੇੜ੍ਹਾ ਏਥੇ ਕੰਮਆਉਂਦਾਹੈ॥ਤਬਾਸੀਰ ਚਾਰ ਦਿਰਮ ਗੁਲਾਬ ਛੇ ਦਿਰਮ ਖੀਰਿਆਂ ਦੇ ਮਗਜ ਕ-ਦੂਆਂ ਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ ਮਿਠੀਆਂ ਖੁਰਫੇ ਦੇ ਬੀਜ ਹਰਇਕ ਤਿੰਨ ਦਿਰਮ ਗੇਰੀ ਸੁਚਾ ਕਪੂਰ ਹਰਇਕ ਦੋ ਦਿਰਮ ਕੁਟ ਛਾਨਕਰ ਬਾਰਤੰਗਕੇਪਾਨੀਮੇਂ ਯਾ ਲੁਆਬ ਈਸਬਗੋਲ ਮੈਂ ਮਿਲਾਏ ਅਰ ਕੁਰਸ ਬਨਾਏ ਵਜਨ ਕੁਰਸ ੧ ਮਿਸਕਾਲ॥ ਫਾਇਦਾ ਦਿਕ ਵਾਲੇ ਕੇ ਅਸਰਬਾ ਅਰ ਅਗਜ਼ੀਆ ਕੀ ਤਦਬੀਰ ਹਰ ਸਵਰ ਕੁਰਸ ਕਾਫੂਰ ਸਰਬਤ ਖਸਖਾਸ ਯਾ ਅਨਾਰਮਿਠੇਦਾ ਪਾਨੀ ਯਾ ਤਰਬੂਜ ਦਾ ਪਾਨੀ ਯਾ ਕਦੂਦਾ ਪਾਨੀ ਯਾ ਖੀਰਿਆਂਦੇ ਪਾਨੀ ਨਾਲ ਯਾ ਸਰਬਤਮਿਸਰੀਦੇ ਨਾਲ ਅਰ ਜਦ ਸੂਰਜ ਨਿਕਲੇ ਕਸਕਾਬ ਸਰਤਾਨੀ ਮਿਠੇ ਅਨਾਰਾਂ ਦੇ ਪਾਨੀ ਨਾਲ ਯਾ ਸਰਬਤ ਮਿਲਾਕਰ ਪਿਲਾਏ

ਅਰ ਜਦ ਕਸਕਾਬ ਦੇਨੇ ਦੇ ਪਿਛੇ ਚਾਰ ਘੜੀਆਂ ਗੁਜਰਨ ਸ਼ਰਬਤ ਉਨਾਬ ਯਾ ਸ਼ਰ . ਤ ਖਸਖਾਸ ਬੀਸਦਿਰਮ ਸਰਦ ਪਾਨੀ ਮੈਂ ਮਿਲਾਕਰ ਪਿਲਾਵੇ ਅਰ ਸੌਨ ਦੇ ਵੇਲੇ ਲੁਆਬ ਈਸਬਗੋਲ ਔਰ ਜਲਾਬ ਸ਼ਰਾਬ ਉਨਾਬ ਦੇ ਸਾਥ ਯਾ ਖੁਰਫੇ ਦੇ ਬੀਜਾਂ ਦਾ ਪਾਣੀ ਤੇ ਸ਼ਕਰ ਅਰਬਾਦਾਮ ਰੋਗਨ ਅਰ ਲੁਆਬ ਬੀਹਦਾਨਾ ਅਰ ਸ਼ਰਬਤ ਦੇਵੇ ॥ ਖਬਰਦਾਰੀ॥ ਅਸਰਬਾ ਉਪਰਲਾ ਉਸ ਵੇਲੇ ਦੇਵੇ ਜੋ ਮੇਧਾ ਨਤਾਕਤਾ ੋਵੇ ਅਰ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਅਨਾਰ ਮੀਠੇ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਿਵਾ ਹੋਰ ਕੁਛ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਤੇ ॥

ਕਸਕਾਬ ਸਰਤਾਨੀ ਕੀ ਤਰਕੀਬ

ਸਰਤਾਨ ਜਿਸਨੂ ਖਰਚੰਗ ਫਾਰਸੀ ਮੈ ਅਰ ਹਿਦੀ ਮੈ ਕੇਕੜਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਮਿਠੇ ਪਾਣੀ ਵਗ ੇਵਿਚੋਂ ਮੰਗਾਕਰ ਉਸਦੀਆਂ ਸਾਖਾ ਅਰ ਪੈਰਾਂ ਨੂ ਤੋੜ ਡਾਲੇ ਅਰ ਉਸਕੋ ਨਮਕ ਅਰ ਰਾਖ ਸੇ ਕਈ ਬਾਰ ਧੋਕਰ ਸਾਫ ਕਰੇ ਕਿ ੁਸਦੀ ਬਿਸ ਅਰ ਮੈਲ ਨਿਕਲ ਜਾਏ ਫਿਰ ਕਸਕਾਬ ਮੈ ਡਾਲਕਰ ਪਕਾਏ ਜੈਸਾ ਕਿ ਮਾਮੂਲ ਹੈ ਅਰ ਸਰਤਾਨ ਮਾਦਾ ਚੰਗਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸਦੀ ਪਛਾਣ ਏਹ ਹੈ ਉਸ ਵਿਚ ਸੂਈ ਚੋਭੇ ਰਤੂਬਤ ਚਿਟੀ ਦੁਧ ਵਰਗੀ ਨਿਕਲੇ ਅਰ ਜਿਥੇ ਸਰਤਾਨ ਨਾ ਮਿਲੇ ਓਦੀ ਥਾਂ ਉਨਾਬ ਅਰ ਖਸਖਾਸ ਕਸਕਾਬ ਮੈ ਪਕਾਏ ਅਰ ਬਾਦਾਮ ਰੋਗਨ ਪਾਕੇ ਸੁਲਾਵੇ ॥ ਕਸਕਾਬ ਜੋ ਜਬੋਲ ਦੇ ਪਹਿਲ ਵਿਚ ਚੰਗਾ ਹੈ ਕਦੂ ਕਾ ਪਾਨੀ ਲਕਰ ਅਰ ਜਵਾਂ ਦਾ ਕੋਟਾ

ਅਰ ਸਰਤਾਨ ਨਹਿਰੀ ਉਸਮੈਂ ਪਕਾਵੇ ਅਰ ਬਦਾਮ ਰੋਗਨ ਪਾਕਰ ਯਾ ਰੋਗਨ ਕਦੂ ਪਾਕੇ ਦੇਵੇ ਅਰ ਜੇ ਤਬਾ ਨਰਮ ਹੋ ਕੁਰਸ ਖਸਖਾਸ ਦੇਵੇ ॥ ਬਿਧ ਕੁਰਸ ਖਸਖਾਸ ਦੀ ॥ ॥ਖਸਖਾਸ ਦੇ ਬੀਜ ਛਿਟੇ ਮਿਠੇਕਦੂਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂਖੀਰਿਆਂਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂਬੀਹਦਾਨਾ ਹਰ ਇਕ ਛੇ ਦਿਰਮ ਕਿਕਰ ਦਾ ਗੂੰਦ ਤਬਾਸ਼ੀਰ ਗੁਲ ਕਿਬਰਸੀ ਬੀਜ ੰਦ ਦੇ ਬੀਜ ਹਰ ਇਕ ਤਿੰਨ ਦਿਰਮ ਨਾਸ਼ਾਸਤਾ ਦੋ ਦਿਰਮ ਗੁਲਾਬਪੰਜ ਦਿਰਮ ਕਾਫੂਰ ਇਕ ਦਿਰਮ ਬੀਜ ਅਰ ਮਗਜਾਂ ਨੂ ਭੁਨ ਲੇਵੇ ਅਰ ਬਾਰੀਕ ਪੀਸ ਕਰ ਕੁਰਸ ਬਨਾਲੇਵੇ ਹਰ ਇਕ ਕੁਰਸ ਦੋ ਦਿਰਮ ਸਵੇਰ ਵੇਲੇ ਇਕ ਕੁਰਸ ਸੇਬ ਯਾ ਬੀਯਾ ਅਮਰੂਦ ਛੀਨੀਕੇ ਪਾਨੀ ਮੈ ਮਿਲਾਕਰ ਦੇਵੈ ਅਰ ਭੁਨੇ ਹੋਏ ਜੌਂ ਕਾ ਕਸਕਾਬ ਬਨਾਏ ਅਰ ਪਕਾਨੇ ਮੈਂ ਕੁਛਕ ਹਬਅਲਾਸ ਅਰ ਬੀਹ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਕਰ ਡਾਲੇ ਅਰ ਪਕਣੇ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਗਿਲ ਇਰਮਨੀ ਅਰ ਸਮਗ ਅਰਬੀ ਬਾਰੀਕ ਬਨਾਕਰ ਕੁਛਕਉਸਮੈਮਿਲਾਏ ਅਰਖਿਲਾਏ॥ ਦੂਸ ਾਕੁਰਸਜੋਦਸਤ ਬੰਦਕਰਤਾਹੈ॥ ਗਿਲਇਰਮਨੀਸਾਹਬਲੋਤਭੁੰਨਿਆਹੋਇਆ ਬੀਜਬੰਦਦੇਬੀਜ ਗੁਲਾਬ ਹਰਇਕਚਾਰ ਦਿਰਮ ਤਬਾਸੀਰ ਸੁਚਾ ਕਪੂਰ ਹਰ ਇਕ ਤਿੰਨ ਦਿਰਮ ਜਰਿਸਕ ਸਾਫ ੬ ਦਿਰਮ ਰਸਤੇ ਮੁਆਫਿਕ ਕੁਰਸਬਨਾਏਅਰ ਰੁੱਬਬੀਹ ਅਰ ਰੁਬ ਸੇਬ ਯਾ ਸ਼ਰਾਬ ਅਮਰੂਦ ਯਾ ਮੌੜਿਆਂਦੀ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਨਾਲ ਦੇਵੇ ਅਰ ਰਾਤਦੇ ਵੇਲੇ ਇਕ ਮਿਸਕਾਲਈਸਬਗੋਲ

ਭੁੰਨਾ ਹੋਇਆ ਅਰਅਧਾ ਦਿਰਮਕਿਕਰਦਾ ਗੂੰਦ ਭੁੰਨਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਅਧਾ ਮਿਸਕਾਲ ਗਿਲ ਇਰਮਨੀ ਅਰ ਇਕ ਦਿਰਮ ਸਰਤਾਨ ਰੁਬ ਯਾ ਰੁਬ ਬੀਹਕੇ ਸਾਥ ਦੀਆ ਕਰੇ ਜ਼ਿਨਾ ਕਿ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਕਬਜ ਹੋਵੇ ॥ ਫਾਇਦਾ ॥ ਗਜਾ ਦੀ ਤਦਬੀਰ ਕਿ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਸ਼ਰਬਤਤੇਕਸਕਾਬ ਤੇ ਦੁਧ ਅਰ ਦਹੀਂ ਅਰ ਜੋ ਕੁਛ ਕਿ ਹਜਮ ਹੋ ਜਾਵੇ ਗਜਾ ਦੇਵੇ ਅਰ ਏਹ ਬੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗਜਾ ਨੂ ਥੋੜਾ ਥੋੜਾ ਕਈ ਵੇਰੀ ਖਾਵੇ ਕਿ ਗਿਰਾਨੀ ਨਾ ਕਰੇ ਅਰ ਗਰਮੀ ਨਾ ਵਧਾਏ ਅਰ ਏ ਗਜਾਵਾਂ ਏਥੇ ਚੰਗੀਆਂਹੈਨ ਮਾਂਹਦੀ ਧੋਤੀ ਦਾਲ ਕਿ ਉਸਕੇ ਸਾਥ ਕਾਹੂ ਪਾਲਕ ਕਦੂ ਅਰਮਗਜ ਬਾ-ਦਾਮ ਕੁਟਕਰ ਪਕਾਏ ਅਰ ਕਦੂਦਾ ਸਲੂਨਾ ਅਰ ਖੀਰਿਆਂ ਦਾ ਸਲੂਨਾ ਤੇ ਪਾਲਕ ਦਾ ਦੇਣਾਂ ਚੰਗਾ ਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਪਕੀ ਰੋਟੀ ਗਰਮ ਪਾਨੀ ਮੈਂ ਤਰਕਰਕੇਫਿਰਉਸਕਾਪਾਨੀ ਗਿਰਾ ਦੇਵੇ ਅਰ ਭਿਜੀ ਹੋਈ ਰੋਟੀ ਨੂ ਠੰਢੇਪਾਨੀ ਮੈਂ ਲ-ਗਾਕਰ ਖਾਏ ਤਪਦੀ ਗਰਮੀ ਚੁਕਲੈਂਦੀ ਹੈ ਅਰ ਜਵਾਂਦਾ ਕੋਟਾ ਜੋ ਲਾਲ ਮਸਰ ਅਰ ਕਦੂ ਅਰ ਕਾਹੂਦੇ ਸਾਗ ਨਾਲ ਇਕਜਗਾ ਪਕਾਏ ਅਰ ਬਾਦਾਮ ਰੋਗਨ ਯਾ ਉਸਦੇ ਪਾਨੀ ਨਾਲ ਦੇਵੇ ਉਸਿਤਰਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਬਹੁਤ ਨਤਾਕਤੀਹੋਵੇ ਸਰਦ ਪਾਨੀ ਸ਼ਰਾਬ ਮੈਂ ਪਿਲਾਏ ਇਸਤਰਾਂ ਪਰ ਕਿ ਸਰਾਬ ਇਕ ਹਿਸਾ ਅਰ ਪਾਨੀ ਤਿੰਨ ਹਿਸੇ ਹੋਨ ਅਰ ਜਿਥੇ ਸਫਰਾ ਦਾ ਜੋਰ ਹੋਵੇ ਮਸੂਜ ਤਿਤਰ

ਬਟੇਰਾ ਅਰ ਘਰੇਗੀ ਕੁਕੜ ਦਾ ਬੱਚਾ ਅਰ ਹਲਾਮ ਅਰ ਕਰੀਜ਼ ਲੇਲੇਦਾ ਅਰ ਗੋਸ਼ਾਲੇ ਕੇ ਗੋਸਤ ਕਾ ਅਰ ਮਛੀ ਦੇ ਪੂੰਗ ਮਸੂਜ ਬਨਾਕਰਚੰਗਾਹੈ ਅਰ ਕੁਕੜਦੇਆਂਡੇਦੀ ਜਰ-ਦੀ ਕਚੀ ਭੁੰਨੀ ਬੜੀ ਚੰਗੀ ਹੈ ਅਰ ਦਹੀਂ ਲੂਣ ਵਾਲੇ ਦਾ ਕੋਈ ਡਰ ਨਹੀਂ ਅਰ ਜੀਰਬਾ ਜੋ ਬਹੁਤਾ ਖਟਾ ਨਾਂ ਹੋ ਤਿਤਰ ਅਰ ਘਰੇਗੇ ਕੁਕੜ ਦੇ ਬੱਚੇਦਾ ਮਾਸ ਫਹੁਤੀਆਂ ਬਾਦਾਮਾਂਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ ਅਰ ਸਕਰਕੇ ਸਾਥ ਚਾਸਨੀਕਰੇ ਅਛਾਹੈ ਅਰ ਮੇਵਿਆਂ ਮੈਂ ਸੇ ਅਨਾਰ ਫੇਦਾਨਾਂ ਅਰ ਮਿਠਾ ਸੇਬ ਪਕਾ ਹੋਇਆ ਅਰ ਤਰਬੂਜ ਅਰ ਉਨਾਬ ਥੋੜਾਥੋੜਾ ਦੇਨਾ ਜਾਇਜ ਹੈ ਅਰ ਮਿਠਾਈ ਦੀ ਕਿਸਮ ਸੇ ਤਰਕੜਾਹ ਜੋਸ਼ਕਰ ਅਰ ਬਾਦਾਮਰੋਗਨਅਰ ਖਸਖਾਸ ਤਰ ਸੇ ਬਨਾਂਏ ਮੁਆਫਿਕ ਹੈ ਅਰ ਤੁਖਮ ਖਸਖਾਸ ਤਰ ਨਾਂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਿਠੇ ਕਦੂਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ ਅਰ ਖੀਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ ਅਰ ਬਾਦਰੰਗ ਅਰ ਮਗਜ ਬਾਦਾਮ ਕੂਟਕਰ ਉਸ ਕਾ ਬਦਲ ਕਰੇ ਅਰ ਖਬੀਰੀਰੋਟੀਦੇਨੀ ਨਾ ਚਾਹੀਏ ਅਰਬਹੁਤਠੰਢਾ ਪਾਨੀਦੁਖਦਾਇਕਹੈਅਰਹਰਾਰਤਗਰੀਜੀਨੂਮੁਰਦਾਕਰਦਾ ਹੈ ਯਾ ਓਹ ਏਸ ਖੋਖਤਾਂ ਦਿਕ ਵਿਚ ਡਾਲਤਾ ਹੈ॥ ਖਬਰ-ਦਾਰੀ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਹੋ ਸਕੇ ਪਰਹੇਜ ਕਰੇ ਕਿ ਤਬਾ ਨਰਮ ਨਾਂ ਹੋਵੇ ਅਰ ਜਿਸਵਲੇ ਤਬਾਨਰਮਹੋਵੇ ਅੰਬੀਠਾ ਅਰਜਾ-ਰੂਰ ਅਰਸ਼ਾਹਬਲੋਤ ਨਫਾ ਕਰਤਾਹੈਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਦਿਕ ਵਾਲਾ ਨਤਾਕਤਾ ਅਰ ਬੇ ਕੁਵਤ ਹੋ ਜੈਸੇ ਕਿ ਗਸ਼ੀ ਆਨੇ

ਲਗੇ ਮਾਇਲਲਹਿਮ ਕਹੀਏ ਮਾਸਦਾ ਪਾਂਣੀਦੇਨਾਂਚਾਹੀਏ॥

ਮਾਸ ਦੇ ਪਾਂਣੀਦੀ ਤਰਕੀਬ ॥ ਲੇਲੇ ਦਾ ਮਾਸ ਲੈਕਰ ਉਸ ਵਿਚ ਸੁਪੈਦੀ ਅਲਗ ਕਰੇ ਅਰ ਸੁਰਖੀਕਾ ਕਬਾਬ ਕਰਕੇ ਦੇਗਚੀ ਸੰਗੀਨ ਮੈ ਡਾਲੇ ਅਰ ਕੁਛਕ ਗੁਲਾਬਡਾਲ ਕਰ ਪਤੀਲੀਦਾਮੂੰਹ ਢਕਕਰ ਨਰਮ ਆਂਚ ਪਰ ਰਖੇ ਤਾਕਿ ਗੋਸਤਪਾਨੀਅਲਹਦਾ ਹੋਜਾਏਅਰਅਜੇਪਕਾਨਾਹੋਜੋਉਸਦਾ ਪਾਨੀਲੇਵੇ ਅਰ ਮਾਸ ਨੂੰਬੀ ਨਚੋੜਲੇਵੇ ਕਿ ਉਸਵਿਚਤਰੀ ਬਿਲਕੁਲ ਬਾਕੀ ਨਾ ਰਹੇ ਫਿਰ ਉਸ ਪਾਨੀ ਕੋ ਪਤੀਲੇਮੈ ਡਾਲਕਰ ਜੋਸ਼ ਦੇਵੇ ਤਾਕਿ ਪਕ ਕਰ ਉਮਦਾ ਹੋਜਾਵੇ ਅਰ ਕੁਛਕ ਨਿਮਕ ਅਰ ਸੁਕਾ ਧਨੀਆਂ ਮਿਲਾਕਰ ਖਿਲਾਏ ਕਿ ਪਰਮੇਸਰ ਕੁਵਤ ਦੀ ਰਾਖੀਕਰੇ ॥ ਸਿਖਯਾ ॥ ਸਮਝਨਾਂ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤਪਦਿਕ ਪਹਿਲੇਦਰਜੇਵਿਚਹੈਸਰਦਾ-ਈ ਅਰ ਤਰਾਵਤ ਵਿਚ ਬਹੁਤਾ ਜੋਰ ਨਾਦੇਵੇਪਰਜਦਜਬੋਲ ਹੋਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਰ ਧੇ ਸਰਦਾਈਆਂ ਅਰ ਤਰਾਵਤਾਂ ਜੋ ਪਿਛੇ ਗੁਜਰ ਚੁਕੀਆਂ ਮੂਜਬ ੋੜ ਦੇ ਵਰਤਣ ਵਿਚ ਲਿਆਵੇ॥ ਫਾਇਦਾ ॥ ਦਿਕ ਏਸ ਖੋਖਤਾ ਅਰ ਦਿਕਅਲ ਰਹਮ ਕੇ ਬਿਆਨ ਵਿਚ ਧਾਨੇ ਬੁਢਾਪੇ ਕੇ ਦਿਕ ॥ ਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਏਹਰੋਗ ਤਪਾਂਦੀ ਜਿਨਸਵਿਚ ਦਾਖਲ ਨਹੀਂ ਪਰ ਹਕੀਮਾਂ ਦਾ ਸੁਭਾਉ ਏਸੇਤਰਾਂਠਹਿਰਗਿਆ ਕਿ ਤਪ ਦਿਕ ਦੇ ਰੋਗ ਦਾਖ਼ਲ ਕਰ ਦੇਵੇ ਇਸ ਕਜ਼ੀਏ ਨਾਲ ਕਿ ਤਪ ਦਿਕ ਹਕੀਕੀ ਅਰ ਤ਼ਪ ਦਿਕ ਅਲਹਰਮ

ਦੀ ਸਾਂਝ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸਰੋਗ ਵਿਚ ਆਦਮੀਮਦਕੂਕ ਕੀ ਸੂਰਤ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਰ ਤਿਸ ਪਰਥੀ ਬੁਢਾਪਾ ਨਾ ਆਨੇ ਕੀ ਸਕਲ ਬੁਢਿਆਂ ਵਰਗੀ ਹੋਜਾਂਦੀ ਹੈ ਇਸਕਰਕੇ ਦਿਕ ਏਸ ਖੋਖਤਾ ਬੋਲਤੇ ਹੈਂ ਔਰ ਏਹ ਰੋਗ ਬੁਢਿਆਂ ਨੂ ਜਾਵਾਨਾਂ ਕੋਲੋਂ ਅਰ ਇਨਾਂਕੋਲੋਂਬਹੁਤ ਲੜਕਿਆਂਨੂ ਹੁੰਦਾਹੈ

ਅਰ ਦਿਕ ਅਲਹਰਮ ਕੇ ਪਾਂਚ ਸਬਬ ਹੈਂ॥ ਅਵਲ ਤਾਂ ਏਹਹੈ ਕਿ ਸਰਦ ਪਾਂਨੀ ਕੁਵੇਲੇ ਪੀਤਾ ਜਾਵੇ ਜੈਸੇ ਤਕ-ੜੀ ਵ ਗਸ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਅਰ ਭੋਗਦੇ ਪਿਛੋਂ ਅਰ ਹਮਾਮ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਕਿ ਅਜੇ ਮੁਸਾਮ ਖੁਲੇ ਹੋਨ ਅਰ ਤਬਾ ਆਪਨੇਹਾਲ ਪਰ ਨਹੀਂ ਆਈ ਅਰ ਅਫੂਨੀ ਤਪਾਂ ਵਿਚ ਜੋ ਅਜੇ ਮਾਦਾ ਕਚਾਹ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸਹਾਲਮੈਂਪਾਂਨੀ ਦਾ ਪੀਨਾਂ ਕੁਵਤ ਨ ਝੂਠਾਂ ਕਰਦਾਹੈ ਅਰਅਸਲੀ ਗਰਮੀ ਨੂ ਨਤਾਕਤ ਦੂਸਰੇ ਏਹ ਕਿ ਬੁਖਾਰ ਬੁਰੇ ਰਤੂਬਤੀ ਫਸਾਦਵਾਲੇ ਉਨਕੇਦਿਲ ਵਿਚ ਆਏ ਅਰ ਦਿਲ ਨੂ ਸਰਦ ਕਰੇ ਤੀਸਰੇ ਏ ਕਿ ਵਰਗਸ਼ ਆਦਿਕ ਦੇ ਸਬਬ ਰਤੂਬਤ ਕਾ ਜੂਬਾਨ ਹੋ ਅਰ ਹਰਾਰਤ ਗਰੀਜੀ ਕਾ ਮਾਦਾ ਦਬਾਮੈਆਏਅਰਸਰਦੀਅਰ ਖੁਸ਼ਕੀ ਦਾ ਜੋਰ ਕਰੇ॥ ਚੌਥੇ ਏਹ ਕਿ ਦਸਤ ਬਹੁਤਿਆਂ ਦਾਂ ਇਤਫਾਕ ਹੋ ਅਰ ਹਰਾ ਤ ਗਰੀਜੀ ਕਾਂ ਮਾਦਾ ਖਰਚ ਹੋਜਾਏ ਪੰਜਵਾਂਏਹ ਕਿ ਗਰਮੀ ਦੇ ਰੋਗਾਂਵਿਚਹਦੋਂਬਾਹਰੀ ਸਰਦੀ ਵਰਤੀਜਾਵੇਇਸ ਸਬਬ ਨਾਲਮਿਜਾਜ ਬਦਲਜਾਏ ਅਰ ਖੁਸਕੀ ਦਾ ਜੋਰ ਆਵੇ ਅਰ ਪਾਨੀ ਦੀ ਜਿਆਦਤੀ

ਖਾਸਕਰ ਨਿਹਾਇਤ ਸਰਦਕਾ ਗਰਮਤਪਾਂਵਿਚਦਿਕ ਹਰਮ ਦਾ ਸਬਬ ਹੁੰਦਾਹੈਗਲਕਾਹਦੀ ਕਿ ਧੇ ਬੀਮਾਰੀ ਠੀਕ ੨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਹਟ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ ਅਰ ਇਸ ਰੋਗ ਦੇ ਲਛਣ ਪੇਸ਼ਾਬਮੇਂਚਿਟਿਆਈ ਅਰਰਿਕਤਕਾਹੋਨਾ ਅਰਇਲਤਹਾਬ ਅਰ ਹਰਾਰਤਕਾ ਨਾਹੋਨਾ ਅਰ ਜੋਕੁਛਜਬੋਲ ਵਿਚਲਿਖਜਾ ਹੈ ਵੋਹ ਦਿਸਨਾ ਅਰ ਰੋਗੀ ਬੁਢਿਆਂ ਵਰਗਾ ਹੋਜਾਂਨਾ ॥

ਇਲਾਜ॥ ਮਿਜ਼ਾਜਕੀਤਾਅਦੀਲਕਰੇਤਾਕਿਮਰਜਠਹਿਰੇਨਹੀ ਜੇਕਰ ਮਰਜ਼ ਠਹਿਰ ਬੀ ਗਈਹੈ ਤਾਂਇਲਾਜ ਨਾ ਛਡ ਦੇਵੇ ਕਿ ਪਰਮੇਸਰ ਕੇ ਹੁਕਮ ਸੇ ਮੌਤ ਕੋਲੋਂ ਨਧੜਕ ਰਹੇ ਅਰ ਇਸਦਾ ਪੂਰਾ ਇਲਾਜ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਮਿਜ਼ਾਜਨੂੰ ਗਰਮੀ ਅਰ ਤਰੀ ਮੁਅਤਦਿਲ ਪਰ ਮੋੜ ਲਿਆਵੇ ਅਰ ਇਸਤਰਾਂ ਪਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਵੇਰੇ ਤਰੰਜ ਮੁਰਬੀ ਅਰ ਸੁੰਢ ਮੁਰਬੀ ਅਰ ਸਕਾਕਲ ਮੁਰਬੀ ਥੋੜੇਜੇਹੇ ਗ਼ਹਿਤਨਾਲਦੇਵੇਫਿਰ ਇਕ ਘੜੀ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਪਾਂਚ ਅਦਦ ਕੁਕੜ ਦਾਆਂਡਾਕਚਾਭੁੰਨਾਧਾਬਹੁਤਾ ਖੁਲਾਏ ਅਰ ਉਸਦੇ ਉਪਰੋਂ ਸ਼ਰਾਬ ਅੰਗੂਰੀ ਚਾਲੀਸ ਦਿਰਮ ਕੇ ਅੰਦਾਜੇ ਸੇ ਦੇਵੇ ਅਰ ਦੋਘੜੀਆਂਦੇ ਪਿਛੇ ਇਸਤਹਾਂਮ ਅਰ ਆਬਜਨ ਕਰੇ ਅਰ ਹਮਾਮ ਦੇ ਬਾਦ ਜਦ ਇਕਘੜੀ ਗੁਜਰੇ ਅਸਫੀਦ ਬਾਜਾਤ ਜੋ ਉਸਮੇਂ ਦਾਰਚਨੀ ਸੁੰਢ ਅਰ ਕੋਲੰਜਾ ਕਬੂਤਰ ਅਰ ਬੱਕਰਾ ਮੋਟੇ ਕੁਕੜਦਾ ਮਾਸ ਪਕਾਏ ਅਰ ਖੁਲਾਏ ਅਰ ਗਜਾ ਖਾਨ ਦੇ ਪਿਛੋਂ ਸੁਲਾਨਾ ਲਾਜਮ ਸਮਝੇ ਅਰ ਜੋ ਕੁਛ ਮੂਹਲਲ ਹੇ ਉਸ ਕੋਲੋਂ ਬਚਾਏ ਔਰ

ਕਹਿਤੇਹੈਂ ਕਿ ਸਹਿਤ ਥੋੜਾ ਬਹੁਤ ਵੇਲੇ ਚੰਗਾ ਹੈ ਅਰ ਹੁਕ ਨਾ ਬਕਰੇ ਦੇ ਖਰਾਉੜੇ ਅਰ ਸਿਟੀ ਸੇ ਬਨਾਏ ਅਰਵਰਤੇ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜੋ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਬਰਾਬਰ ਵਰਤੇ ਅਰ ਪੰਜ ਰੋਜ ਛਡਦੇਵੇ ਫੇਰ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਵਰਤੇ ਪੰਜ ਦਿਨਛਡ ਦਵੇ ਅਰ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਕਈ ਵਾਰੀ ਕਰੇ ਅਰ ਹਰਬਾਰ ਜੋ ਹੁਕਨਾ ਵਰਤੇ ਰੋਗਨ ਨਰਗਸ ਰੋਗਨ ਸੋਜਨ ਅਰ ਰੋਗਨ ਖੈਰੀ ਜੋੜਾਂ ਪਰ ਮਲੇ ਜੋ ਨਿਹਾਇਤ ਚੰਗਾ ਹੈ ਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਫਾਇਦਾ ਮਾਲੂਮ ਹੋ ਅਰ ਕੁਵਤ ਆਜਾਏ ਬੜੀ ਬੜੀ ਮਾਜੂਨ ਜੈਸੇ ਦਵਾਇਲ ਮਸਕ ਅਰ ਮਸਰੂਦੀਤੂਸ ਅਰਤ- ਰਿਯਾਕ ਕਬੀਰ ਨਫਾਕਰਤਾ ਹੈ ਅਰ ਭੋਗ ਕਿਸੀਵਜਾ ਸੇ ਜਾਇਜਨਹੀਂ ਉਪਰਲਾਹੁਕਨਾ ਬਕਰੇਕਾਸਿਰਹੱਥ ਅਰ ਪੈਰ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਕੁਟ ਲਏ ਅਰ ਕਸਕ ਗੰਦਮ ਇਕ ਚੁੰਗਲ ਭਰ ਅਰ ਕੋਟਾ ਜਵਾਂ ਦਾ ਅਰ ਛੋਲਿਆਂ ਦਾ ਇਕ ਚੁੰਗਲ ਭਰਫਿਰ ਸੋਏਦਸ ਦਿਰਮ ਬਾਬੂਨਾਸਤਦਿਰਮ ਖਸਕ ਅਠ ਦਿਰਮ ਅੰਜੀਰ ਮੋਟੀ ਕਾਲੀ ਦਸ ਦਾਨੇ ਉਸਮੇਂ ਮਿਲਾਏ ਅਰ ਉਨਕੋ ਪਾਂਚ ਸੇਰ ਪਾਨੀਮੇਂ ਪਕਾਏ ਜਦਇਕ ਤਿਹਾਈ ਬਾਕੀ ਰਹੇ ਸਾਫ ਕਰੇ ਅਰ ਦਸ ਅਸਤਾਰ ਕੇ ਅੰਦਾਜੇ ਸੇ ਲੈਕਰ ਦਸ ਦਿਰਮ ਗੋਕਾ ਘਿਉ ਅਰ ਦਸ ਦਿਰਮ ਤਿਲਾਂ ਦਾ ਤੇਲ ਤਾਜਾ ਅਰ ਪੰਜ ਦਿਰਮ ਰੋਗਨ ਬਾਨ ਅਰ ਦੋ ਦਿਰਮ ਮੋਮ ਚਿਟੀ ਪਕਾ ਕਰ ਇਸਦੀ ਤਰੀ ਵਿਚ ਪਾਕਰ ਹੁਕਨਾ ਕਰੇ ਉਪਰਲੇ ਕਹਿਣੇ ਅਨੁਸਾਰ ਅਰ ਹੁਕਨੇ ਦੇ

ਪਿਛੋਂ ਸਰੀਰ ਪਰ ਰੋਗਨ ਮਲਨਾ ਜਰੂਰੀ ਸਮਝੇ ॥

ਫਾਇਦਾ ਬੋਰਾਨ ਦੇ ਅਰਥ ਵਿਚ ॥ ਬੋਰਾਨ ਲਫਜ ਯੂਨਾਨੀ ਹੈ ਇਸਦਾ ਅਰਥ ਦੁਸਮਨ ਪਰ ਦੁਸਮਨ ਕਾ ਗਲਬਾ ਅਰ ਹਕੀਮਾਂਦੀ ਬੋਲੀ ਵਿਚ ਯੇ ਮੁਰਾਦ ਹੈ ਕਿ ਤਬੀਯਤ ਕਾ ਬੀਮਾਰੀ ਕੇ ਮੁਕਾਬਲ ਮੈ ਕੋਸ਼ਸ ਕਰਨਾ ਅਰ ਇਸ ਸਬਬ ਸੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਇਕ ਬਹੁਤੀ ਉਲਟ ਪੁਲਟ ਪੈਦਾ ਹੋਨਾ ਚਾਹੇ ਚੰਗੇ ਹਾਲ ਵਿਚ ਚਾਹੇ ਬੁਰੇ ਹਾਲ ਵਿਚ ॥ ਅਰ ਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ ਜੋ ਬਦਲੀ ਰੋਗੀ ਦੇ ਹਾਲ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਵੋ ਅਠ ਕਿਸਮ ਦੀ ਹੁੰਦੀਹੈ ਪਹਿਲੀ ਤਾਂ ਏਹੁ ਹੈ ਜੋ ਤਬਾ ਜੋਰ ਵਿਚ ਆਕਰ ਰੋਗੀਦੇ ਮਾਂਦੇ ਨੂੰ ਇਕ ਵਾਰਗੀ ਸਰੀਰ ਵਿਚੋਂ ਕਢ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਬੋਰਾਂਨ ਪੂਰਾ ਯਾਨੇ ਜੈਦਤਾਮ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਦੂਸਰੇ ਯੇਹ ਕਿ ਇਕਵਾਰ ਗ ਤਬਾ ਜੋਰ ਵਿਚ ਆਕੇ ਅਰ ਰੋਗਦਾ ਜੋਰ ਪੈਕਰ ਝੱਟ ਪਟ ਮਾਰ ਦੇਵੇ ਉਸਨੂੰ ਬੋਰਾਨ ਰਦੀਤਾਮ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਤਾਮਜੈਦ ਹੋ ਤਾਂ ਰਦੀ ਹਾਰੇ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਖਾਸ ਕਰ ` ਹੈ ॥ ਤੀਸਰੇ ਯੇਹ ਭਾਵੇ ਤਬਾਜੋਰਮੈ ਹੋਵੇ ਅਰਬੋਰਾਨ ਅਛਾਹੋ ਪਰੰਤੂਸਾਰੇ ਮਾਦੇ ਨੂੰ ਇਕ ਵਾਰਗੀ ਨਾ ਕਢੇ ਸਗੋ ਮਾਬਕੀ ਕੋ ਥੋੜਾ ਥੋੜਾ ਨਿਕਾਲੇ ਚੌਥੇ ਯੇ ਕਿ ਭਾਵੇਂ ਤਬਾਂਦਾ ਜੋਰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਚੰਗਾਂ ਨਜਰ ਆਵੇ ਐਪਰ ਤਬਾਂ ਮਾਂਦੇ ਨੂੰ ਥੋੜਾਂ ਥੋੜਾ ਲੈ ਜਾਤੀ ਹੈ ਅਰ ਛੇਕੜ ਵਿਚ ਉਸਦਾ ਜੋਰ ਇਕ ਵਾਰ ਦਿਸੇ ਅਰ ਰੋਗਨੂੰ ਕਢੇ ਅਰ ਇਨਾ ਦੋਨਾਂ

ਬੌਰਾਨਾ ਨੂੰ ਜੈਦ ਨਾਕਸ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਪੰਜਵੀ ਯੇਹ ਕਿ ਰੋਗ ਵਿਚ ਜੋਰ ਆਜਾਵੇ ਅਰ ਬੌਰਾਨ ਕੁਵੇਲੇ ਆਵੇ ਪਰੰਤੁ ਇਕ ਵਾ ਗੀ ਨਾ ਮਾਰਦੇਵੇ ਬਲਕਿ ਇਸਦੇ ਪਿਛੋ ਤਬਾ ਨੂੰ ਕੁਛਕ ਨਿਤਾਕਤੀ ਕਰਦਾ ਰਹੇ ਏਥੋਂ ਤਕ ਜੋ ਮਾਰ ਦੇਵੇ ਛੇਵੇਂ ਯੇਹ ਭਾਵੇਂ ਮਰਜ ਜੋਰਾਂਵਰ ਹੋ ਪਰ ਮਰਜ ਦਾ ਜੋਰ ਮਾਲੂਮ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ ਸਗੋਂ ਤਬਾ ਨੂੰ ਥੋੜੀ ਥੋੜੀ ਨਿਤਾਕਤੀ ਕਰਦਾਂ ਰਹੇ ਛੇਕੜ ਝੱਟ ਪੱਟ ਰੋਗ ਜੋਰ ਕ ਰੇ ਅਰ ਤਬਾ ਆਜ਼ਜ ਹੋ ਜਾਏ ਅਰ ਰੋਗੀਨੂੰ ਮਾਰ ਦੇਵੇ ਇਨਾਂ ਦੋ ਬੌਰਾਨਾ ਨੂੰ ਰੱਦੀ ਨਾਕਸ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਆਖਿਰਕੀ ਯੇ ਚਾਰੋਂ ਕਿਸਮ ਬੌਰਾਨ ਮੁਰਕਬ ਐ (ਆਹ) ਰਲ਼ਾਹੋਇ ਸਦਾਉਦੇ ਹਨ ਅਰ ਮੁਰਕਬ ਇਸ ਲੀਏ ਨਾਂਮ ਰੱਖਿਆ ਕਿ ਉਨ ਮੈ ਬੀਮਾਰ ਕੇ ਹਾਲ ਮੈ ਮਿਲਾ ਜੁਲਾ ਤਗੱਯਰ ਕਹੀਏ ਉਲਟ ਪੁਲਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ॥ ਸਾਤਵੀਂ ਯੇ ਕਿ ਤਬਾ ਥੋੜੀ ਥੋੜੀ ਕੁਵਤ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਰ ਮਰਜ ਕੇ ਮਾਂਦੇ ਨੂੰ ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਪਕਾਂਉਂਦੀ ਹੈ ਅਰ ਮਾਦੇਨੂੰ ਇਕ ਮੁਦਦ ਵਿਚ ਕਢ ਦੇਵੇ ਅਰ ਬਹੁਤ ਉਲਟ ਪੁਲਟ ਨਾਂ ਦਿਸੇ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਉਲਟ ਪੁਲਟ ਨੂੰ ਤਹਲੀਲ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ॥ ਆਠਵੀ ਯੇਹ ਜੋ ਮਾਦਾ ਥੋੜਾ ਥੋੜਾ ਜੋਰ ਪਾਉਦਾ ਹੈ ਅਰ ਪਕਦਾ ਨਹੀਂ ਅਰ ਤਬਾ ਦਿਨ ਬਦਿਨ ਨਤਾਕਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਰ ਤਗੱਯਰ ਭਾਂਰਾਂ ਜਾਂਹਿਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਏਥੋ ਤਕ ਜੋ ਬੀਮਾਰਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੰਦਾਂ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਜਬੂਲ ਅਰਜੁਬਾਨ ਕਹੀ-

ਤੇ ਹੈਂ ਅਰ ਭਹਲੀਲ ਅਰ ਜਬੂਲ ਇਮਰਾਜ ਮੁਜਮਲਾ
ਨੂੰ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਹੈ ਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਕਿ ਤਬੀਯਤ ਬੌਰਾਨ
ਦੇ ਵੇਲੇ ਮਾਦੇ ਨੂੰ ਇਕ ਵਾਰਗੀ ਦਫਾ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇਬਹੁਤਾ
ਇਸ ਤਰਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਹਦਾਰ ਜੋੜਾਂ ਸੇ ਨਿਕਾਲਦੀ ਹੈ
ਅਰ ਦੂਸਰੇ ਜੋੜਾਂਪਰ ਡਾਲਤੀ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਬੌਰਾਨ ਇੰਤਕਾਲ
ਕਹਿੰਦੇਹਨ ਅਰ ਉਸਦੀਆਂ ਬਹੁਤੀਆਂਤਰਾਂਹਨ ਬਾਜੀਆਂ
ਤਾ ਜੈਦ ਹੈ ਔਰ ਬਾਜੇ ਰਦੀ ਜੈਦ ਤਾ ਯੇਹ ਹੈ ਯਰਕਾਨ
ਔਰ ਖਾਰ ਅਰ ਕੂਬਾ ਅਰ ਬਹਿਕ ਅਰ ਰੱਦੀ ਹੈ ਅਰ
ਵਰਮਾ ਅਰ ਇਖਰਾਜ ਅਰ ਦੁਬੇਲਾ ਅਰ ਤਾਊਨ ਅਰ
ਨਮਲਾ ਅਰ ਨਾਰ ਫਾਰਸੀ ਅਰ ਆਬਲਾ ਅਰ ਆਕਲਾ
ਅਰ ਖੁਨਾਕ ਅਰ ਬਰਸ ਅਰ ਗਦਦ ਅਰ ਦਾਇਲਫੀਲ
ਅਰ ਲਕਵਾ ਅਰ ਦਵਾਲੀ ਅਰ ਤੱਸਨਜ ਅਰ ਵਜਾਅਲ
ਜ਼ੈਹਰ ਅਰ ਵਜਾਅਲ ਫਰਕ ਅਰ ਵਜਾਅਲ ਰਕਬਾ ਅਰ
ਬੌਰਾਨ ਜਦ ਇਨਾਂ ਰੋਗਾਂ ਸੇ ਬਦਲਤਾ ਹੈ ਇਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ
ਕਰਕੇ ਰੱਦੀ ਕਹਿੰਦੇਹਨਕਿ ਭਾਵੇਂ ਅਸਲੀਰੋਗ ਹਟ ਜਾਂਦਾ
ਹੈ ਅਰ ਬੀਮਾਰ ਦੂਸਰੇ ਐਸੇ ਰੋਗ ਵਿੱਚ ਪਕੜਿਆਜਾਂਦਾਹੈ
ਉਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਜਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਹਾਦ ਹੈ ਅਰ ਬਾਜੇ ਮੁਜਮਨ
ਅਰ ਬੌਰਾਨ ਇੰਤਕਾਲ ਉਸੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਕਿ
ਮਾਦਾ ਗੰਦਾ ਹੋ ਅਰ ਕੁਵਤ ਨਤਾਕਤ ਕਿਉਂਕਿ ਕੁਵਤ
ਤਕੜੀ ਅਰ ਖਿਲਤ ਮੁਅਤਦਿਲ ਅਲਕਵਾਮ ਔਰ ਕਾਬਲ
ਦਫਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਬੌਰਾਨ ਤਾਮ ਵਾਕਿਆ ਹੁੰਦਾਹੈ ਅਰ ਬੋਰਾਨ

ਜ਼ੈਦ ਯਾ ਰੱਦੀ ਭਾਮ ਹੋਨੇ ਕੇ ਨਿਸਾਨ ਯੇ ਹੈਂ ਕਿ ਕਲਕ ਅਰ ਇਸਤਰਾਬ ਕੀ ਸਖਤੀ ਹੈ ਅਰ ਨਾਕਸ ਹੋਨੇ ਕੇ ਨਿ- ਸਾਨ ਹੈਂ ਇਨਾ ਲਾਂ ਵਿਚ ਕਿਲਤ ਹੋਵੇ ਔਰ ਯੇ ਬਾਤ ਕਿ ਹਰ ਇੱਕ ਜ਼ੋਰ ਦਾ ਬੌਰਾਨ ਕਿਉਂਕਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਸੋ ਇਸਕਾ ਬਿਆਨ ਇਸ ਫਾਇਦੇ ਕੇ ਛੇਕੜ ਵਿਚ ਆਏਗਾ ॥ ਖਬਰਦਾਰੀ ॥ ਜਿਸ ਰੋਗ ਦੇ ਛੇਕੜ ਵਿਚ ਸਲਾਮਤੀ ਹੈ ਉਸਦੇ ਚਾਰ ਦਰਜੇ ਹੁਦੇ ਹਨ ਇਬਤਦਾ ਅਰ ਤਜਾ ਇਦ ਅਰ ਇੰਤਹਾ ਅਰ ਇਲਖਤਾਤ ਔਰ ਬੌਰਾਨ ਭਾਮ ਵਕਤ ਇੰਤਹਾ ਕੇ ਸਿਵਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਰ ਜਿਸ ਮਰਜ ਮੈ ਇਬਤਦਾ ਮੈਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਮੁਹਲਕ ਕਹੀਏ ਅਸਾਧਹੈ ਅਰ ਜੌਨਸਾ ਤਜਾਇਦ ਕੇ ਵਕਤ ਮੈਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਗਰ ਜੈਦ ਹੈ ਨਾਕਸ ਹੋਵੇਗਾ ਅਰ ਜੇਕਰ ਰੱਦੀਹੈਬੀਮਾਰਉਸਬੌਰਾਨ ਮੈ ਨਿਹਾਇਤ ਬੁਰੇ ਹਾਲ ਹੋਵੇਗਾ ਅਰ ਜੇੜਾ ਇਨਤਹਾ ਵਿਚ ਹੁਦਾ ਹੈ ਸੋ ਜੇਕਰ ਜੈਦ ਹੈ ਮਰੀਜ ਇਕ ਵਾਰਗੀ ਉਸ ਦੇ ਡਰ ਸੇ ਨਿਕਲ ਆਇਆ ਅਰ ਜੇਕਰ ਰੱਦੀ ਹੈ ਝੱਟ ਪੱਟ ਮਾਰ ਦੇਵੇ ਮਗਰ ਇਲਖਤਾਤ ਕੇ ਵਕਤ ਮੈ ਬੋਰਾਨ ਨਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਨਾ ਮੌਤ ਔਰ ਮੌਤ ਕਾ ਵਕਤ ਇਬਤਦਾ ਹੈ ਅਰ ਤਜਾਇਦ ਅਰ ਇਨਤਹਾ ਅਰ ਜੇੜਾ ਬੌਰਾਨ ਕਿ ਬੌਰਾਨ ਕੇ ਦਿਨ ਵਾਕਿਆਂ ਹੋ ਸਲਾਮਤੀ ਕਾ ਨਿਸਾਨ ਹੈ ਅਰ ਜੇੜਾ ਇਸ ਸੇ ਪਹਿਲੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਤ ਪਰ ਦਲੀਲ ਕਰਤਾ ਸੈ ਜੋ ਮਾਦਾ ਬੁਰਾ ਹੈ ਤੇ

ਬਹੁਤਾ ਅਰ ਤਬੀਯਤ ਕੋ ਇਜ਼ਤਿਰਾਬ ਹੋ ਗਰਜ਼ਕਿ ਇਨ-
ਤਹਾਂ ਸੇ ਪਹਿਲੇ ਜੋ ਬੋਰਾਨ ਨੂੰ ਹਰਕਤ ਹੁੰਦੀਹੈ ਜਾਂ ਤਾਂ ਉ-
ਸਦਾ ਏਹ ਸਬਬ ਹੈ ਜੋ ਬੀਮਾਰੀ ਤਕੜੀਹੈਅਰ ਤਬੀਅਤ
ਆਜਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਯਾ ਕੋਈ ਸਬਬ ਖਾਰਜੀ ਜੋ ਤਬੀਯਤਨੂੰ
ਕੁਵੇਲੇ ਖੇਚਲ ਹਿਲਾਉਣ ਵਿਚ ਲਿਆਇਆ ਹੈ ਜੈਸੇ ਯੇ
ਆਰਜੇ ਕਹੀਏ ਦੁਖ ਨਫਸਾਨੀ ਅਰ ਅਗਜੀਆ ਤੇਅਸਰ
ਬੀਆ ਨਾਮੁਲਾਇਮ ਅਰ ਬੇਵਕਤ ਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਐਸਾ
ਹੋ ਕਿ ਜਿਸ ਰੋਜ ਨੇਕ ਬੌਰਾਨ ਦਾ ਤਵਕਾ ਪੜੇ ਅਰ ਬੁਰੇ
ਲਛਣ ਉਪਜਣ ਨਿਹਾਇਤ ਬੁਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ॥ ਸਿਖਯਾ ॥
ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਜਮਾਨੇ ਵਿਚ ਬਾਜੇ ਦਿਨ ਤਾਂ ਬੌਰਾਨ ਦੇਹੁੰਦੇ
ਹੀ ਹੈਨ ਉਸਨੂੰ ਬਾਹੁਰੀਆ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਰ ਬਾਜੇਦਿਨ
ਇਸ ਬਾਤ ਦੀ ਖਬਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਦ ਹੋਣੇ ਵਾਲਾ
ਹੈ ਅਰ ਉਸ ਨੂੰ ਅਯਾਮਅਲ ਅੰਦਾਜ ਕਹਿੰਦੇ ਹਣ ਅਰ
ਬਾਜੇ ਦਿਨ ਨਾਂ ਬਾਹੁਰੀ ਹੁਦੇ ਹਨ ਨਾ ਅੰਦਾਜੇਕੇਪਰਕਿਸੇ
ਇਨਹਰਾਫ ਸੇ ਬੋਰਾਨ ਇਨਾਂ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਉਨਾਨੂ
ਅਯਾਮ ਅਲ ਵਾਕਿਆ ਫੀਅਲ ਵਸਤ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਸੋ
ਜੇੜੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਬੌਰਾਨ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਰ ਤਮਾਮ ਅਰਨੇਕ
ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਵੋਹ ਗਿਜਾਰਾ ਦਿਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਚੋਥਾ ਸਤਵਾਂ ਚੌਧ
ਵਾਂ ਬੀਸਵਾਂ ਇਕੀਸਵਾਂਚੋਬੀਸਵਾਂਸਤਾਈਸਵਾਂਇਕਤੀਸਵਾਂ
ਅਰ ਚੌਤੀਸਵਾਂ ਸੈਤੀਸਵਾਂ ਅਰ ਚਾਲੀਸਵਾਂ ਅਰਜੇੜੇਦਿਨ
ਐਸੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਨਾ ਵਿਚ ਕਦੀ ਬੌਰਾਂਨਹੁੰਦਾਹੈ ਅਰਕਦੀ

ਨਹੀ ਅਰ ਅਯਾਮ ਅਲ਼ ਵਾਕਿਆ ਫੀਅਲਵਸਤ ਸਦਾਊਂ
ਦੇ ਹੈਨ ਵੋਹ ਛੇ ਦਿਨ ਹੈਂ ਤੀਸਰਾ ਅਰ ਪਾਂਚਵਾਂ ਅਰ ਨਾਵਾਂ
ਅਰ ਯਾਰਵਾਂ ਅਰ ਤੇਰਵਾਂ ਅਰਸਤਾਰ੍ਵਾਂ ਅਰ ਜੇੜੇ ਦਿਨਾਂ
ਵਿਚ ਬੋਰਾਨ ਨਾਕਸ ਪੜਦਾ ਹੈ ਅਰ ਤਕਲੀਫ ਅਰ ਡਰ
ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਵੋਹ ਅਠ ਦਿਨ ਹੈਨਛੇਵਾਂ ਅਠਵਾਂ ਦਸਵਾਂ ਬਾਰਵਾਂ
ਪੰਦਰਵਾਂ ਸੋਲਵਾਂਅਠਾਰ੍ਵਾਂ ਅਰ ਉਨੀਸਵਾਂ ਹੈਨਅਰ ਜੇੜੇ
ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਬੌਰਾਨ ਹੁੰਦਾ ਨਹੀ ਹੈ ਵੋਹ ਦਿਨ ਤੇਰਾ ਹਨ
ਬਾਈ ਤੇਈ ਪੰਜੀ ਛਬੀ ਅਠਾਈ ਉਨੱਤੀ ਭੀਸਬੱਤੀਤੇਤੀ
ਛਤੀ ਸਤੀਸ ਅਠਤੀ ਅਰਉਨਤਾਲੀਅਰ ਯੇਜਿਤਨੇਦਿਨ
ਹਾਂ ਕਿ ਉਨਾਂ ਵਿਚ ਬੌਰਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਯਾ ਨਹੀ ਹੁੰਦਾ ਯੇ
ਸਾਰੇ ਅਠਤੀ ਦਿਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਸਹੀ ਮਜਬਕੇ ਰੂਇਸੇ ਅਰ
ਬਾਜੇ ਪਹਿਲੇ ਅਰ ਦੂਸਰੇ ਦਿਨਕੋਭੀਬੌਰਾਨਕੇਦਿਨਾਂਵਿਚ
ਗਿਨਦੇ ਹਨ ਕਿਸ ਵਾਸਤੇ ਕਿ ਹਮੀ ਯੋਮਪਹਿਲੇਯਾਦੂਸਰੇ
ਦਿਨ ਗੁਜਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਰ ਏਹ ਭੀ ਗੁਜਰਦਾਹੈ ਹਾਲ ਕਾ
ਤਗੱਯਰ ਹੈ ਔਰ ਯੇਹੀ ਬੌਰਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਔਰ ਜੋ ਕੁਛ ਕਿ
ਇਯਾਮ ਬਾਹੁਰੀਆ ਕੀ ਤਾਦਾਦ ਕਾ ਬਿਆਨ ਗੁਜਰਾ ਯੇ
ਇਮਰਾਜ ਹਾਦਾ ਮੇ ਹੋਤਾ ਹੈਅਰ ਤਮਾਮ ਹਾਦਾਬੀਮਾਰੀ ਕਾ
ਬੌਰਾਨਅਕਸਰ ਅਮਰ ਮੇ ਜੌਨ ਸੇ ਦਿਨ ਕਿ ਤਾਕ ਹੋਤੇਹੈਂ
ਉਨਾਂ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਇਸੀ ਵਾਸਤੇ ਤਪ ਗਬ ਕਾ ਬੌਰਾਨ
ਯਾਰਵੇਂ ਦਿਨ ਚੌਧਵੇਂ ਦਿਨ ਸੇ ਬਹੁਤਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਰ
ਬ ਤਿਆਂ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਤਪਾਂ ਦ ਦੌਰੇ ਅਰ ਨੌਬਤਾਂ ਅਯਾਮ

ਰਾਨ ਕੇ ਅਦਦ ਪਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਮਸਲਨ ਗਬ ਕੇ ਸਤ ਦੌਰੇ ਮੈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੈਸੇ ਤਪ ਮੁਹਟਕਾ ਦੇ ਸਤ ਦਿਨ ਹੋਏ ਹਨ ਅਰ ਬੌਰਾਨ ਕੀ ਕੁਵਤ ਅਰ ਸਖਤੀਅਠਵੇਂਦਿਨਤਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਰ ਇਸਕੇ ਬਾਦ ਹਲਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਬਾਜੇ ਬੋਰਾਨ ਚਾਰ ਚਾਰ ਦਿਨ ਕਾਹੁੰਦਾਹੈਅਰ ਬਾਜੇ ਸਤ ਸਤ ਦਿਨ ਕਾ ਅਰ ਬਾਜੇ ਬੀਸ ਬੀਸ ਦਿਨਕਾ ਅਰ ਚਾਰ ਦਿਨ ਵਾਂਲੇ ਬੌਰਾਨ ਕੀ ਕੁਵਤ ਬੀਸ ਦਿਨਤਕ ਸਾਰਾਪੂਰਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਸਤ ਦਿਨਵਾਲੇਬੌਰਾਨ ਕੀ ਕੁਵ਼ਤ ਚਾਲੀਸ ਦਿਨ ਤਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਮਰਾਜ ਮੁਜਮਨਾ ਮੈਂ ਮਹੀਨੇ ਅਰ ਬਰਸ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਇਮਰਾਜ ਹਾਦਾ ਦੇ ਦਿਨਾ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਪਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੈਸਾ ਕਿ ਰਬਾ ਸੌਦਾ ਵੀ ਅਰ ਬਲਗਮੀ ਵਿਚ ਸਤ ਮਹੀਨੇ ਗਬ ਦੀ ਵਾਰੀ ਦੇ ਸਤ ਦਿਨ ਕੇ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹੈਂ॥ ਅਰ ਬੁਕਰਾਤ ਹਕੀਮਨੇ ਚਾਲੀਸ ਦਿਨ ਕੇ ਬਾਦ ਸਠ ਅਰ ਅੱਸੀ ਅਰ ਸੌ ਅਰ ਇਕਸੌਬੀਸਦਿਨਕੇਸਿਵਾਔਰਦਿਨਕੋਬੌਰਾਨਕੇਦਿਨੋਮੇਗਿਣਤੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਕਿਉਕਿਬੀਸਬੀਸਦਿਨਾਂਦੇਬੌਰਾਨਦੀਕੁਵਤ ਇਕਸੌਬੀਸਦਿਨਤਕਹੁੰਦੀਹੈਗਲਕਾਹਦੀਕਿਬੌਰਾਨਦਾਦਿ-ਨ ਇਕਸੌਬੀਸ ਦਿਨ ਪਿਛੇ ਯਾ ਸਤਾਂਮਹੀਨਿਆਂਪਿਛੌਂਹੋਵੇਗਾ ਯਾ ਸਤ ਬਰਸ ਕੇ ਪਿਛੌਂ ਯਾ ਚੌਦਾਂ ਬਰਸਦੇਪਿਛੌਂ ਯਾਂ ਇਕੀਸ ਬਰਸ ਦੇ ਪਿਛੌਂ ਅਰ ਸਮਝ ਲੈ ਕਿ ਚਾਲੀਸਦਿਨ ਬੌਰਾਣ ਹਾਦਾ ਮੈਂਸਬਸੇਪਿਛਲਾ ਹੈ ਅਰ ਬੌਰਾਨ ਮੁਜਮਨਾ

ਮੈ ਸਬਸੇ ਅਗਲਾ ਸੋ ਅਗਰ ਮਾਦਾ ਨਿਹਾਇਤ ਹਾਦਾ ਹੈ ਬੌਰਾਨ ਚੌਥੇ ਦਿਨ ਹੋਗਾ ਅਰ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਜਿਸ ਕਦਰ ਉਸ ਕੀ ਤੇਜੀ ਮੈਂ ਘਟ ਹੋਗੀ ਉਸੀ ਕਦਰ ਦੇਰ ਕਰ ਜਾਹਿਰ ਹੋਗਾ ਚਾਲੀਸ ਦਿਨ ਤਕ ਅਰ ਮਰਜ ਮੁਜਮਨ ਜਿਸ ਕਦਰ ਜਿਆਦਾ ਮੁਜਮਨ ਹੋਗਾ ਉਸਕਾ ਬੌਰਾਨ ਚਾਲੀਸਵੇਂ ਸੇ ਉਸ ਕਦਰ ਦੂਰ ਹੋਗਾ ਅਰ ਅਯਾਮ ਅੰਦਾਜੇ ਮੈ ਬੌਰਾਨ ਕੀ ਖਬਰ ਦੇਵੇ ਕਿ ਕੌਨ ਸੇ ਦਿਨ ਹੋਨੇ ਵਾਲਾ ਹੈ ਅਰ ਅੰਦਾਜੇ ਕੇ ਦਿਨ ਬੀ ਕੁਛਕ ਤਗੱਯਰ ਵਾਕਿਆ ਹੁਦਾ ਹੈ ਇਸੀ ਵਜਾਸੇ ਅੰਦਾਜ ਕਾ ਦਿਨ ਬੌਰਾਨ ਕੇ ਨਿਸਫ ਪਰ ਹੋਤਾ ਹੈ ਮਗਰ ਮੁਨਾਸਫ ਤਹਕੀਕੀ ਨਹੀਂ ਜੈਸਾ ਕਿ ਮਤੂਲਾਤ ਮੈਂ ਮਸਰੂਹਾਦ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਅਰ ਥੋੜਾ ਜੇਹਾ ਇਥੇ ਭੀ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਕਿ ਇਮਰਾਜ ਹਾਦਾ ਮੈਂ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਬਾ ਨੁਜਜ਼ ਅਸਰ ਮਾਲੂਮ ਹੋਵੇ ਬੌਰਾਨ ਚੌਥੇ ਦਿਨ ਹੋ ਅਰ ਜੇਕਰ ਬੀਮਾਰੀ ਬਹੁਤੀ ਗਰਮ ਅਰ ਸਰੀਅਲ ਹਰਕਤ ਹੈ ਤੀਜੇ ਦਿਨ ਬੌਰਾਨ ਹੋਗਾ ਅਰ ਜੇਕਰ ਹੌਲਾ ਹੋਗਾ ਚੌਥੇ ਦਿਨ ਬੌਰਾਨ ਹੋਗਾ ਅਗਰ ਚੌਥਾ ਦਿਨ ਯੌਮ ਅੰਦਾਜ ਹੋ ਅਰ ਬੀਮਾਰੀ ਗਰਮ ਹੈ ਬੌਰਾਨ ਸਤਵੇਂ ਦਿਨ ਹੋਗਾ ਅਰ ਜੇਕਰ ਹੌਲਾ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਉਨੀਵੇਂ ਦਿਨ ਹੋਗਾ ਅਰ ਜੇਕਰ ਯੌਮ ਅੰਦਾਜ ਚੌਥਾ ਦਿਨ ਹੈ ਅਰ ਨਿਸ਼ਾਨ ਬੁਰੇ ਮਾਲੂਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਬੌਰਾਨ ਛਟੇ ਦਿਨ ਹੋਗਾ ਅਗਰ ਯੌਮ ਅੰਦਾਜ਼ ਸਤਵੇਂ ਦਿਨ ਹੈ ਬੌਰਾਨ ਯਾਰਵੇਂ ਦਿਨ ਯਾ ਚੌਧਵੇਂ ਦਿਨ

ਹੋਗਾ ਅਰ ਜੇਕਰ ਯਾਰਵੇਂ ਦਿਨ ਵਾਰੀਛੇਤੀਆਏ ਅਰ ਤਪ ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਹੋ ਅਰ ਨੁਜਜ਼ ਕਾ ਨਿਸਾਨ ਜ਼ਾਹਿਰ ਹੋ ਬੌਰਾਨ ਚੌਧਵੇਂ ਦਿਨ ਹੋਗਾ ਅਰ ਨੁਜਜ਼ ਕੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਚੌਧਵੇਂ ਦਿਨ ਜ਼ਾਹਿਰ ਹੋਨ ਬੌਰਾਨ ਸਤਾਰਵੇਂ ਯਾ ਅਠਾਰਵੇਂ ਯਾ ਬੀਸਵੇਂ ਯਾ ਇਕੀਸਵੇਂ ਦਿਨ ਹੋਗਾ ਅਰ ਬਹੁਤਾ ਬੀਸਵੇਂ ਦਿਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜੈਸਾ ਕਿ ਚੌਥਾ ਦਿਨ ਸਤਵੇਂ ਦਿਨਦੀ ਖਬਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਯਾਰਵਾਂ ਚੌਧਵੇਂ ਦਿਨ ਕੀ ਖਬਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਅਰ ਐਸਾਹੀ ਸਤਾਰਵਾਂ ਦਿਨ ਬੀਸਵੇਂ ਦਿਨਕੀ ਯਾ ਇਕੀਸਵੇਂ ਕੀ ਖਬਰਸੁਨਾਤਾ ਹੈ ਅਰ ਅਠਾਰਵਾਂਇਕੀ ਸਵੇਂ ਦਿਨ ਕੀ ਖਬਰ ਕਰਤਾ. ਹੈ ਅਰ ਬਹੁਤ ਨੁਜਜ਼ ਕਾ ਅਸਰ ਸਤਾਰਵੇਂ ਦਿਨ ਜ਼ਾਹਿਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਔਰ ਨਤਾਕਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਬੌਰਾਨ ਇਕੀਸ ਸੇ ਨਿਕਲ ਕਰ ਚਲੀਸ ਪਰ ਪਹੁੰਚਤਾ ਹੈ ਅਰ ਬੀਸਵਾਂ ਦਿਨ ਚਾਲੀਸਵੇਂ ਦਿਨ ਕਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਕਰਤਾ ਹੈ ਅਰ ਅਯਾਮ ਵਾਕਿਆ ਫੀਅਲਵਸ ਤ ਮੈ ਜਬ ਕਿ ਤੀਸਰੇ ਦਿਨ ਨਿਸ਼ਾਨ ਜਾਹਿਰ ਹੋਨ ਬਹੁਤ ਬੁਰੇ ਹੈਨ ਬੌਰਾਨ ਛਟੇਦਿਨ ਹੋਗਾ ਅਰ ਪੰਜ ਿਦਿਨਨਾਵੇਂ ਦਿਨ ਕੀ ਮਦਦਾਂ ਕਰਤਾ ਹੈ ਐਪਰ ਜੇਕਰ ਬੜੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਹੋਨ ਬੌਰਾਨ ਅਠਵੇਂ ਦਿਨ ਹੋਗਾ॥ ਖਬਰਦਾਰੀ॥ ਬਹੁਤਾ ਹਾਦੇ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਐਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੌਰਾਨ ਕੇ ਦਿਨਾਂ ਤਿੰਨਾ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੇਹੈਂ ਯਾਨੇ ਬੌਰਾਨ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਮੈ ਪੂਰਾ ਹੋਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਰ ਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿਇਨ

ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਮੈ ਸੇ ਜਿਸ ਰੋਜ ਕਿ ਬੌਰਾਂਨ ਕੇ ਨਿਸਾਨ ਬਹੁਤਿਆਂ ਅਰ ਕਵੀ ਹੋਨ ਉਸੀ ਕੋ ਬੌਰਾਨ ਕਾ ਦਿਨ ਸੁਮਾਰ ਕਰਨਾਚਾਹੀਏ ਖਾਸਕਰ ਜੇਕਰ ਯੌਮ ਅੰਦਾਜ ਭੀ ਉਸਪਰ ਗਵਾਹੀ ਦੇ ਅਰ ਵੋ ਦਿਨ ਯੋਮ ਬਾਜੋਰੀ ਭੀ ਹੋ ਔਰ ਯੇਹੀ ਦਰੁਸਤ ਹੈ ॥ ਸਿਖਿਆ ॥ ਮੁਜਮਨਾ ਰੋਗਾਂ ਕੇ ਬੌਰਾਨ ਕੀ ਹਦ ਯੇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੁਜਮਨ ਸੈਫੀਆ ਜਾੜੋਂ ਮੈ ਹਟ ਜਾਵੇ ਅਰ ਮੁਜਮਨ ਸਤਾਈਆਂ ਗਰਮੀਆਂ ਮੈ ਮੌਕੂਫ ਹੋਨ ਅਰ ਸਰਸਾਮ ਗਫਮ ਆਦਕਾਂਕਾਬੌਰਾਂਨ ਬਹੁਤਾ ਯਾਰਾਂ ਦਿਨ ਵਿਚ ਹੋਜਾਤਾਹੈ ਅਰ ਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਮੁਹਰਕਾ ਤਪਾਂਕਾ ਅਰ ਗਬ ਕਾ ਬੌਰਾਨ ਯਾਂ ਤਾਂ ਅਰਕ ਸੇ ਹੋਤਾ ਹੈ ਯਾਂ ਕੈ ਅਰ ਯਾ ਦਸਤਾਂ ਸੇ ਅਰ ਮੁਹਰਕਾ ਖਾਲਸ ਕਾ ਬੌਰਾਨ ਨਕਸੀਰ ਸੇ ਹੋਤਾ ਹੈ ਅਰ ਸਰਸਾਂਮ ਕਾਬੌਰਾਨ ਅਕਸਰ ਅਰਕ ਕਹੀਏ ਮੁੜਕੇ ਸੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਯਾ ਨਕਸੀਰ ਸੇ ਅਰ ਤਪ ਬਲਗਮੀ ਅਰ ਤਪ ਰਬਾ ਕਾ ਬੌਰਾਨ ਮੁੜਕੇ ਸੇਹੁੰਦਾਹੈ ਯਾ ਦਸਤਾਂ ਸੇ ਅਰ ਵਰਮ ਜਿਗਰ ਅਰ ਮੁਕਾਰ ਦੇ ਪਾਸੇ ਹੈ ਉਸਦਾ ਬੌਰਾਨ ਅਰਕਸੇ ਹੋਗਾਯਾ ਦ-ਸਤਾਂ ਸੇ ਅਰ ਮੁਹਦਬ ਕੀਜਾਨਬ ਮੈਹੈ ਤਾਂ ਅਰਕਸੇ ਹੋਗਾ ਯਾ ਇਦਰਾਰ ਕਹੀਏ ਇੰਦ੍ਰੀਝਾੜ ੇ ਅਰ ਸਿਰਦੇ ਰੋਗਾਂਦਾ ਬੌਰਾਨ ਮੁਖਾਤ ਸੇ ਹੋਤਾਹੈ ਯਾ ਦਮਾ ਸੇ ਯਾ ਸਦੀਦ ਸੇ ਛਿਕਾਂਨ ਮੈ ਸੇ ਛਨ ਕਰ ਆਤੀਹੈ ਅਰ ਅਜਾਤਨਫਸ ਕਹੀਏ ਸਾਸਾਂ ਦੇ ਜੋੜਾਂਦਾ ਬੌਰਾਨ ਨਫਸਸੇ ਯਾ ੇ ਖੰਘਾਰਸੇ ਹੁੰਦਾਹੈ

ਅਰ ਮਾਦੇ ਪਤਲੇਕਾ ਬੋਰਾਨਮੁੜਕੇਸੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਮੁਅ-
ਤਦਿਲ ਕਾ ੌਰਾਨ ਨਕਸੀਰ ਸੇ ਯਾ ਇਦਰਾਰ ਦਸਤਾਂ ਸੇ
ਯਾ ਕੈ ਸੇ ਔਰ ਖੂੰਨ ਬਵਾਸੀਰ ਕਾ ਖੁਲਨਾ ਬਹੁਤਿਆਂ ਰੋਗਾਂ
ਵਿਚ ਨੇਕ ਬੋਰਾਨ ਹੈ ਖਾਸ ਕਰ ਜਿਥੇ ਕਿਤੇ ਕਿ ਮੁਅ-
ਤਾਦ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋ ਅਰ ਸਭ ਬੋਰਾਨਾ ਮੈ ਬੜਾ ਅਛਾ ਅਰ
ਪੂਰਾ ਨਕਸੀਰ ਹੈ ਫਿਰ ਦਸਤ ਫਿਰ ਕੈ ਫਿਰ ਇੰਦ੍ਰੀਝਾੜ
ਫਿਰ ਮੁੜਕਾ ਹੈ ॥ ਫਾਇਦਾ ॥ ਇਸ ਬਾਤਦਾ ਪਹਿਚਾਨ-
ਨਾ ਕਿ ਬੋਰਾਨ ਕਿਸ ਤਰਫ ਸੇ ਹੋਗਾ ਸੋ ਜਦ ਮਾਦੇਕਾ ਮੈ-
ਲਾਨ ਉਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਹੁੰਦਾਹੈ ਉਸਦੇ ਸਤ ਨਿਸ਼ਾਨਹੈਂ ਇਕ
ਤਾਂ ਸਦਾਅ ਦੂਸਰੇ ਦੁਵਾਰ ਅਰ ਸਦਗੈਨਮੈ ਗਿਰਾਨੀ ਤੀ-
ਸਰੇ ਤੈਨਨ ਅਰ ਦੂਈ ਚੌਥੇ ਕਾਨੋਂਮੇਇਕੋਵਾਰੀਹੀ ਬਹਿਰਾ
ਹੋਜਾਨਾ ਪੰਜਵਾਂ ਇਨਾਂ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਕੇ ਪਹਿਲੇ ਯਾ ਉਨਾਂ ਕੇ
ਸਾਥ ਕਾਨਮੈ ਗਿਰਾਨੀ ਅਰ ਸਾਸਾਂ ਵਿਚ ਤੰਗੀਕਾ ਹੋਨਾ
ਛਠਵਾਂ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਪਸਲੀਆਂ ਦਾ ਸਿਰ ਉਪਰਲੇ ਪਾਸੇ
ਬਿਨਾ ਦਰਦ ਕੇ ਖਿਚਿਆ ਜਾਨਾਂ ਸਾਤਵਾਂ ਸਿਰ ਗਰਮ
ਹੋਨਾ ਫਿਰ ਜੇਕਰ ਇਨਾਂਨਿਸ਼ਾਨਾਂਦੇ ਨਾਲ ਅੱਖੀਆਂ ਗਹਿ-
ਰੀਆਂ ਹੋਜਾਨ ਅਰ ਹੇਠਲੇ ਹੋਂਠ ਭੜਕਨੇ ਲਗੇ ਅਰ ਮੂੰਹ
ਸੇ ਪਾਨੀ ਆਏ ਅਰ ਗਸ਼ੀਆਂ ਉਪਜਣ ਅਰ ਮੇਧੇਦਾ ਮੂੰਹ
ਦਰਦ ਕਰੇ ਅਰ ਦਿਲ ਵਿਚ ਇਜਤਰਾਬ ਪੜੇ ਤਾਂ ਸਮਝ-
ਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਬੋਰਾਨ ਕੈਸੇ ਹੋਗਾ ਖਾਸ ਕਰ ਜੇਕਰ ਤਪ
ਸਫਰਾਵੀ ਹੋ ਅਰ ਇਸ ਹਾਲ ਮੈ ਮੂੰਹ ਜਰਦ ਹੋਗਾ ਅਰ

ਜੇਕਰ ਅਖੀਆਂ ਦੇ ਸਾਮਨੇ ਸੁਰਖ ਖਤੂਤ ਮਾਲੂਮ ਹੋਨਅਰ ਮੂੰਹ ਅਰ ਅੱਖੀਆਂ ਅਰ ਨਕ ਲਾਲ ਹੋਜਾਣ ਅਰ ਅਖੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਧਕਾਧਕ ਹੰਝੂ ਆਵਣ ਤੇ ਨੱਕਨੂੰ ਖੁਰਕ ਹੋਵੇ ਅਰ ਸਿਰਦੀਆਂ ਨਾੜਾਂ ਵਿਚ ਜਰਬਾਨਹੋਵੇ ਤਾਂਸਮਝਨਾਚਾਹੀਏ ਕਿ ਬੌਰਾਨ ਰਿਧਾਫ ਯਾਨੇ ਨਕਸੀਰ ਮੇ ਹੋਗਾ ਸੁਭਾਵਕ ਜੇਕਰ ਬੀਮਾਰੀ ਲੋਹੂਵਾਲੀ ਅਰ ਬੀਮਾਰ ਜਵਾਨਹੋਵੇ ਅਰ ਮਾਦਾ ਸਫਰਾਵੀ ਭੀ ਅਕਸਰ ਰਿਜਾਫਕਾ ਬੌਰਾਨ ਕਰਤਾ ਹੈ ਅਰ ਉਸਦਾ ਨਿਸਾਨ ਹੈ ਕਿ ਅੱਖੀਆਂ ਦੇ ਸਾਮਨੇ ਪੀਲੇ ਖਿਆਲ ਨਜਰ ਆਉਣ ਅਰ ਤਪ ਮੁਹਰਕਾ ਹੋ ਅਰ ਬੌਰਾ-ਨ ਕੇ ਦਿਨ ਜਾੜਾ ਮਾਲੂਮ ਹੋਨਾ ਅਰ ਚਮੜੇ ਮੈ ਖੁਸਕੀ ਕਾ ਹੋਨਾ ਦੋਨੋ ਨਕਸੀਰ ਦੇ ਲਛਣ ਹੈਨ ਬਸਰਤੇਕਿ ਸਲਾ ਮਤੀ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਲਛਣ ਜਾਹਿਰ ਹੋਨ ਅਰ ਨਹੀ ਤਾਂ ਮੌਤ ਕੇ ਲਛਣ ਹਨ ਅਰ ਚੰਗੀ ਨਕਸੀਰ ਓਹ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਪਾਸੇ ਬੀਮਾਰੀ ਕਾ ਮਾਦਾ ਹੋਵੇ ਉਸੇ ਪਾਸਿਓਂ ਹੋਵੇ ਅਰ ਜਦ ਮਾਦੇ ਕਾ ਮੈਲਾਨ ਅਸਫਲ ਮੈ ਹੋਤਾਹੈ ਉਸਦੇਨਿਸ਼ਾਨ ਯੇਹ ਹੈ ਜੋ ਬੀਮਾਰਨੂ ਹੇਠਲੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਦੁਖ ਅਰ ਗਰ ਮੀ ਮਾਲੂਮ ਹੋਵੇ ਅਰ ਰਾਨਕੇ ਗੋਸੇ ਮੈਯਾਨੇ ਚਡਿਆਂ ਮੈ ਯਾ ਚਿਤੜਾਂ ਵਿਚ ਭਰਪੂਰੀ ਮਾਲੂਮ ਹੋਵੇ ਅਰ ਜੋ ਕੁਛ ਉਪਰਲੇ ਪਾਸਿਆਂ ਵਿਚ ਮੈਲਾਨ ਮਾਦੇਕੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਗੁਜਰੇ ਵੋਹ ਬਿਲਕੁਲ ਨਾ ਹੋਨ ਫਿਰ ਜੇਕਰ ਕਜੀਬ ਕੇ ਸਿਰਮੈ ਸੜਨ ਹੋ ਅਰ ਮਸਾਨੇ ਵਿਚ ਗਿਰਾਨੀ ਅਰ ਪੇਸਾਬ ਗਾੜ੍ਹਾ ਆਏ

ਅਰ ਸੁਭਾਉ ਕੋਲੋਂ ਬਹੁਤਾ ਅਰ ਰਸੂਬਕਹੀਏਛਿਲੜ ਜੇਹੇ ਜਾਹਿਰ ਹੋਨ ਅਰ ਤਬਾ ਵਿਚ ਕਬਜੀ ਅਰ ਮੁੜਕਾ ਘਟ ਆਵੇ ਤਾਂ ਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਬੋਰਾਨ ਇੰਦ੍ਰੀਝਾੜ ਪੇਸ਼ਾਬ ਸੇ ਹੋਗਾ ਅਰ ਇੰਦ੍ਰੀਝਾੜ ਕਾ ਬੋਰਾਨ ਸਿਆਲ ਵਿਚ ਹੋਰ ਨਾਂ ਬਹਾਰਾਂ ਕੋਲੋਂ ਬਹੁਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਪੇਟ ਵਿਚ ਗੁੜ ਗੁੜ ਹੋਵੇ ਅਰ ਝਾੜਾ ਪੇਸਾਬ ਸਖਜ ਜੇਹਾ ਆਵੇ ਅਰ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਖਾਸਕਰ ਨਾਫ ਕੇ ਨੀਚੇ ਪੇਚਸ਼ ਕਹੀਏ ਮਰੋੜਾ ਅਰ ਗਿਰਾਨੀ ਮਾਲੂਮ ਹੋਵੇ ਅਰ ਨਬਜ ਸਗੀਰ ਕਹੀਏ ਭਾਰੀ ਅਰ ਤਕੜੀ ਅਰ ਸਖਤ ਹੋ ਸਮਝਨਾਂ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਬੋਰਾਨ ਦਸਤਾਂਦਾਹੋਵੇਗਾ ਖਾਸਕਰਜੇਕਰ ਤਪ ਸਫਰਾਵੀ ਮੈ ਬਹੁਤ ਪਾਨੀ ਪੀਨੇਕਾਇਤਬਾਰ ਹੋਜਾਏ ਅਰ ਪੇਸਾਬ ਚਿਟਾ ਅਰਪਤਲਾ ਹੋ ਯਾ ਰੋਗੀਦਾ ਅਜੇਹਾ ਸੁਭਾਉ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਸਦੀ ਤਬੀਯਤ ਨਰਮ ਹੋਇਆ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਰ ਦੂਸਰਾ ਝਾੜ ਘਟ ਹੁੰਦਾਹੈ ਅਰ ਜੇਕਰ ਬੀਮਾਰ ਇਸ ਤ੍ਰੀ ਹੋ ਅਰ ਕਮਰ ਰਹਮ ਵਿਚ ਦਰਦਅਰ ਗਿਰਾਨੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਅਰ ਦੂਸਰੇ ਬੋਰਾਨਕਾ ਕੋਈ ਨਿਸਾਨ ਮਲੂਮ ਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਮਝਨਾਂ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਬੋਰਾਨ ਹੈਜ਼ ਨਾਲ ਹੋਵੇਗਾ ਖਾਸ ਕਰ ਜੇਕਰ ਉਸਦੀ ਆਦਤ ਦਾ ਵਕਤ ਨੇੜੇ ਹੋਵੇ ਅਰ ਜੇਕਰਮੁਕਾਦਕਹੀਏਗੁਦਾਵਿਚ ਦਰਦ ਅਰ ਬੋਝ ਉਤਪਤਿ ਹੋਵੇ ਅਰ ਪਿਠ ਅਰ ਕਮਰ ਦਰਦ ਕਰੇ ਅਰ ਨਬਜ਼ ਵਿਚ ਕੁਛ ਭਾਰ ਅਰਕੁਵਤਹੋਅਰਦੂਸਰੇਬੋਰਾਨੋਂ ਕੇ ਨਿਸਾਂਨ

ਜ਼ਾਹਿਰ ਨਾ ਹੋਨ ਤਾਂ ਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਗੁਦਾ ਦੀਆਂ ਨਾੜਾਂ ਦੇ ਖੁਲਨੇ ਨਾਲ ਬੋਰਾਨ ਹੋਵੇਗਾ ਸੁਭਾਵਕ ਜੇਕਰ ਬੀਮਾਰ ਉਸਕਾ ਮੁਅਤਾਦ ਹੈ ਅਰ ਜਦ ਮਾਦੇ ਕਾ ਮੈਲਾਨ ਮੁੜਕੇ ਦੇ ਪਾਸੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸਦੇ ਲਛਨ ਏਹ ਹੈਨ॥ ਕਿ ਪੇਸ਼ਾਬ ਘਟ ਆਏ ਅਰ ਤਬੀਯਤ ਵਿਚ ਖ਼ੁਸ਼ਕੀਹੋ ਅਰ ਜ਼ਾਹਿਰਾ ਪੋਸਤ ਕਹੀਏ ਚਮੜਾ ਖੁਸਕ ਮਾਲੂਮ ਹੋ ਅਰ ਸਰੀ-ਰ ਗਰਮ ਹੋਵੇ ਅਰ ਬੁਖਾਰ. ਗਰਮ ਅਰ ਤਰ ਉਠੇ ਅਰ ਨਬਜ ਨਰਮ ਅਰ ਮੋਟੀ ਹੋਵੇ ਅਰ ਪੇਸਾਬਜਿਤਨਾਕਆਇ ਰੰਗਦਾਰ ਅਰ ਗਾੜਾ ਹੋਵੇ ਖਾਸਕਰ ਜੇਕਰ ਚੌਥੇਦਿਨ ਰੰਗ ਦਾਰ ਅਰ ਸਤਵੇਂ ਦਿਨਗਾੜਾਹੋਜਾਏ ਅਰਜਿਸਜਗਾਸਰੀਰ ਪਰ ਹਥ ਰਖੀਏ ਅਰ ਕਿਤਨਾਕੁਚਿਰਰਖਿਆਰਹਿਣਦੇਵੇ ਵੋਹ ਜਗਾਬਹੁਤੀ ਗਰਮ ਮਾਲੂਮ ਹੋਵੇ ਸੋ ਜਦ ਏਹ ਲਛਣ ਪਰਗਟ ਹੋਨ ਤਾਂ ਏਹਕਹਿਦੇਨਾਚਾਹੀਏ ਕਿ ਬੌਰਾਨਪਸੀਨੇ ਸੇ ਹੋਵੇਗਾ ਅਰ ਬੀਮਾਰ ਨੂ ਸੁਫਨੇ ਵਿਚ ਹਮਾਮ ਅਰ ਆਬਜਨ ਅਰ ਗੁਸਲ ਕਹੀਏ ਇਸਨਾਨ ਕੀ ਤਦਬੀਰਾਂਕਾ ਦਰਸਨ ਕਰਨਾਂ ਇਸ ਗਲ ਦੀ ਦਲੀਲ ਦਸਦੇ ਹੈਨ ਕਿ ਬੌਰਾਨ ਮੁੜਕੇ ਸੇ ਆਵੇਗਾ ਅਰ ਬੌਰਾਨ (ਇੰਨਤਕਾਲੀ ਕਹੀਏ ਬਦਲਜਾਨਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰਰੋਗ ਨਾਲ) ਦਾਲਖਣ ਏਹੁ ਹੈ ਕਿ ਤਪ ਦਾ ਤਕੜਾ ਹੋਜਾਨਾ ਅਰ ਇਸਤਫਰਾਗ ਨਾ ਹੋਨਾ ਅਰ ਨੁਜਜ ਕਹੀਏ ਮਾਦੇ ਪਕਣੇਦਾ ਅਸਰਪਰਗਟ ਨਾ ਹੋਨਾ ਅਰ ਸਾਰਿਆਂ ਜੋੜਾਂ ਵਿਚ ਯਾ ਇਕ ਜੋੜ ਦਰਦ

ਜਰੂਰੀਹੋਨਾ ਅਰ ਕੋਈਬੜ੍ਹਾਤੇਨਿਹ ਇਤਡਰਵਾਲਾ ਨਿਸ਼ਾਨ
ਨਾ ਹੋਨਾ ਪਰੰਤੂ ਨੁਜਜ਼ਕਾ ਨਾ ਹੋਨਾ ਸੋ ਜਿਸਵੇਲੇਏਹ ਨਿ-
ਸ਼ਾਨ ਪਰਗਟ ਹੋਨ ਅਰ ਨਬਜ ਤਕੜੀ ਅਰ ਉਸ ਵਿਚ
ਭਾਰ ਭੀ ਹੋਵੇ ਹੁਕਮ ਦੇਨਾਚਾਹੀਏ ਕਿ ਬੋਹਰਾਨਇਨਤਕਾਲੀ
ਹੋਵੇਗਾ ਫੇਰ ਜੇੜ੍ਹਾ ਜੋੜ ਕਿ ਬਹੁਤ ਨਤਾਕਤਾ ਅਰ ਬਹੁਤ
ਗਰਮ ਹੋਵੇ ਅਰ ਦਰਦ ਕਰੇ ਅਰ ਉਸ ਜੋੜਦੀਆਂ ਨਾੜੀ-
ਆਂ ਮੈ ਅਰ ਉਸ ਜੋੜ ਦੇ ਉਦਾਲੇ ਵਿਚ ਭਰ੍ਹੂਰੀ ਹੋਵੇ
ਸਮਝਨ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਮਾਦਾ ਅਪਨਾ ਅਸਥਾਨ ਛਡ ਕਰ
ਉਸ ਜੋੜ ਪਰ ਗਿਰਨੇ ਵਾਲਾ ਹੈ ਔਰ ਬਾਜੇ ਬੋਹਰਾਨ
ਇੰਨਤਕਾਲੀ ਜੈਦਹੁੰਦਾਹੈ ਅਰ ਬਾਜੇ ਰਦੀ ਜਿਸਤਰਾਂ ਕਿ
ਇਸਦੀ ਗਿਣਤੀ ਉਪਰ ਵੇਰਵੇ ਨਾਲ ਲਿਖੀ ਗਈ ਹੈ ਅਰ
ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਮਾਲੂਮ ਹੋਵੇ ਕਿ ਮਾਦਾ ਅਪਨਾ ਅਸਥਾਨ
ਤਿਆਗਕਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜੋੜ ਪਰਜਾਨਾ ਚਾਹਤਾਹੈ ਅਰ
ਉਸ ਜੋੜ ਪਰ ਮਾਦੇ ਗਿਰਨੇ ਸੇ ਭਾਰੀ ਬਲਾ ਉਤਪਤਿ ਹੋ
ਜਾਵੇਗੀ ਤਾਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਜੋੜ ਨੂੰ
ਕੁਵਤ ਦੇਵੇ ਅਰ ਮਾਦੇ ਨੂ ਫੇਰ ਕਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜੋੜ ਉਤੇ
ਸੁਟ ਦੇਵੇ ਜੋ ਉਸ ਜੋੜ ਕੋਲੋਂ ਹੌਲਾਹੈ ਅਰਉਸ ਉਤੇ ਸੁਟਣ
ਨਾਲ ਦੁਖ ਬੀ ਘਟ ਪਹੁਚੇਏਹ ਬਾਤ ਸੋਚਲੇਵੇ ਅਰਸੁਖਾਲੇ
ਰਸਤੇ ਮਾਦੇ ਨੂ ਫੇਰਨਾ ਚਾਹੀਏ ਅਰ ਅਜੇਹੇ ਮਾਦੇਦਾ ਫੇ-
ਰਨਾ ਉਸਦੀ ਫਹਿਸ ਵਿਚ ਲਿਖਿਆਜਾਏਗਾ ਓਥੋਂ ਦੇਖਕੇ
ਸਮਝ ਕੇ ਵਰਤ ਲੇਵੇ ਅਰ ਸਮਝਨਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ

ਚਾਹੇ ਦੁਰਾਡੇ ਜੋੜ ਵਿਚ ਚਾਹੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਜੋੜ ਵਿਚ ਜੈਸੇ ਕਿਸੇ ਸ਼ਖਸ ਦੇ ਤਾਲੂ ਅਰ ਮੂਹ ਵਿਚੋਂ ਖੂਨ ਆਉਂਦਾ ਹੋਵੇ ਅਰ ਏਹ ਸਮਝੇ ਕਿ ਉਲਟੇ ਪਾਸੇ ਵਿਚਜੋੜਾਨੇੜੇਹੋਵੇਉਸ ਨੂ ਫੇਰ ਦੇਵੇ ਇਸਜਗਾ ਨਕ ਦਾ ਜੋੜ ਬਹੁਤਾ ਨੇੜੇ ਹੈ ਨਕ ਦੇ ਪਾਸੇ ਫੇਰ ਦੇਨਾ ਚਾਹੀਏ ॥ ਅਰ ਉਵਜ ਕਹੀਏ ਜੋੜ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਫੇਰ ਦੇਨਾ ਚਾਹੀਏ ਹੇਠਲਿਆਂ ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਾੜੀ ਖੋਲੇ ਇਸੀ ਤਰਾਂ ਜੈਸੇ ਇਕ ਇ- ਸਤ੍ਰੀ ਨੂ ਬਵਾਸੀਰਦਾ ਆਰਜਾ ਕਹੀਏ ਦੁਖਹੈ ਔਰ ਨੇੜੇ ਦੇ ਜੋੜ ਵਿਚ ਉਸਨੂ ਫੇਰ ਦੇਨਾ ਚਾਹੀਏ ਹੈਜ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਪਰਫੇਰ ਦੇਵੇਂ ਅਰ ਜੇਕਰ ਉਸਨੂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਕੇਜੋੜਵਿਚ ਫੇਰ ਦੇਨਾ ਚਾਹੀਏ ਉਪਰਲੇ ਅਧੇ ਪਾਸੇ ਵਿਚੋਂਕੋਈ ਨਾੜੀ ਖੋਲੇ ਅਰ ਇਸ ਵੇਲੇ ਇਸ ਬਾਤਦਾ ਇਹਾਦਾ ਕਰ ਲਵੇ ਕਿ ਜੋੜ ਪਰ ਮਾਦਾ ਨਾ ਆਏ ਮਾਦੇ ਦੇ ਨਾ ਆਉਣ ਦਾ ਪੂਰਾ ਕਨੂਨ ਏਹ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਦਰਦ ਨੂ ਬੰਦ ਕਰੇ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਏਹ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਦਰਦ ਮਾਦੇ ਨੂ ਅਪਨੇ ਪਾਸੇ ਖਿਚਕਰ ਲਿਆਂਵਦਾ ਹੈਫਿਰਜਿਸਵੇਲੇਕਿ ਦਰਦ ਬੰਦ ਹੋਵੇਗਾ ਮਾਦੇ ਦਾ ਹਟਾਨਾ ਬਹੁਤ ਸੁਖਾਲਾ ਅਰ ਬੇ ਮੁਜਾਬਤ ਕਹੀਏ ਬੇਦੁਖ ਹਟ ਆਵੇਗਾ ਅਰਕਿਸੀ ਵਜਾਸੇ ਉਜਵ ਸਰੀਫ ਅਰ ਉਜਵਕਵੀਹਿਸਕਹੀਏਤਕੜੀ ਹਿਸ ਵਾਲੇ ਵਿਚ ਅਰ ਜੋੜ ਜਈਫ ਕਹੀਏ ਨਤਾਕਤੇ ਵਿਚ ਮਾਦਾ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੀਏ ਅਰ ਜਿਸਤਰਾਂਹੋਸਕੇ ਉਜਵ

ਖਸੀਸ ਕਹੀਏ ਨਕਮਾ ਜੋੜ ਮਾਦਾ ਉਸਪਰ ਲਿਆਵੇ ਜੋ
ਉਸ ਜੋ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਨੇੜੇ ਹੋਵੇ ਅਰ ਤਕੜੀ ਅਰ ਉਸ
ਵਿਚ ਹਿਸ ਕਹੀਏ ਪਰਖ ਬਹੁਤ ਘਟ ਹੋ ਜਾਂਨਾ ਚਾਹੀਏ॥
ਅਰ ਜਦ ਮਾਦੇ ਨੂੰ ਫੇਰ ਦੇਨੇ ਵਿਚ ਜ਼ਰੂਰਤ ਸਮਝੇ ਦੇਰ
ਨਾ ਲਾਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਪਹਿਲ ਵਿਚ ਫੇਰ ਦੇਨਾ ਬੜਾ ਸੁਖਾਲਾ
ਹੈਇਸਜਿਹਰ ਕਹੀਏਸੋਚ ਜੇਕਿਆਜੇਮਾਦਾਬਹੁਤਨਿਹਾਇਤ
ਥੋ ਹੈਅਰਏਹਭੀਜਾਹਿਰ ਹੋਵੇ ਕਿਜੇਕਰਸਰੀਰਵਿਚਮਾਦਾ
ਥੋੜਾ ਅਮੂਰ ਕਲੀਅਲ ਹਰਕਤ ਹੈ ਯਾਨੇਥੋੜਾ ਮਾਦਾ ਥੋੜੀ
ਹਰਕਤ ਵਾਲਾ ਹੈ) ਬਗੈਰ ਇਸਤਫਰਾਗ ਕੇ ਉਸ ਮਾਦੇਦਾ
ਫੇਰ ਦੇਨਾ ਕਾਫੀ ਹੈ ਔਰ ਕੁਛ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਐਪਰ
ਜੇਕਰ ਬਦਨ ਮੈ ਇਮਤਿਲਾ ਕਹੀਏ ਭਰਪੂਰੀ ਮਾਂਦੇ ਦੀਹੈ
ਅਰ ਮਾਦਾ ਕਸੀਰਅਲ ਹਰਕਤ ਕਹੀਏ ਬਹੁਤਾ ਫੇਰਨ
ਵਾਲਾਹੈ ਅਮਾਲਾਮਇਇਸਤਰਫਰ ਗਕਰੀਸੇਮਾਦੇਦਾਫੇਰਨਾ
ਸਮੇਤਝਾੜਦੇਕਰਨਾਚਾਹੀਏ (ਇਸਤਫਰਾਗਇਕਐਸਾ ਨਾਮ
ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਬਤਰਾਂ ਦਾ ਝਾੜ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੈਸੇ
ਦਸਤ ਅਰ ਕੈ ਅਰ ਨਕਸੀਰ ਅਰ ਹੈਜ ਇਤਆਦਿਕ ਔਰ
ਭੀ ਅਨੇਕ ਹੈਨ ਅਰ ਅਸਲ ਮਤਬਲ ਇਸਦਾਸਰੀਰਵਿਚੋਂ
ਕੁਛ ਕਢ ਦੇਨ ਦਾ ਨਾਮ ਇਸਤਫਰਾਗ ਹੈ)॥
ਤਾਕਿ ਕੋਈ ਦੂਸਰੀ ਆਫਤ ਕਹੀਏ ਬਲਾ ਨ ਉਤਪਤਿ
ਹੋਵੇ ਅਰ ਉਸਦੇ ਇਖਰਾਜ ਕਹੀਏ ਨਿਕਾਲਨੇ ਵਾਸਤੇ
ਉਸਦੇਬਰਾਬਰ ਦੇ ਜੋੜ ਅਰਖਿਲਤਾਂਦੀ ਰਿਆਇਤ ਸਮਝੇ

ਜੈਸੇ ਜੇਕਰ ਮਾਦਾ ਸਜੇ ਹਥ ਦੇ ਪਾਸੇ ਵਿਚ ਹੈ ਫਸਦ ਖਬੇ ਹਥ ਵਿਚ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਏ ਯਾ ਸਜੇ ਪੈਰ ਵਿਚ ਅਤ ਉਸਦੇ ਉਲਟਾ ਅਰ ਜੇਕਰ ਸਜੇ ਪਾਸੇ ਵਿਚ ਉਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਵਿਚ ਹੈ ਓਸੇ ਪਾਸਿ ਦੀ ਨਾੜ ਖੋਲਨੀ ਚਾਹੀਏ ਸਜੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਯਾਂ ਸਜੇ ਪੈਰ ਵਿਚ ਅਰਜੇਕਰ ਖਬੇ ਪਾਸੇ ਵਿਚ ਉਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਝੁਕਿਆ ਹੋਵੇ ਖਬੇ ਹਥ ਵਿਚ ਯਾ ਖਬੇ ਪੈਰ ਵਿਚ ਫਸਦਾ ਕਰੇ ਅਰ ਏਸੇਤਰਾਂ ਜੇਕਰ ਮਾਦਾ ਸਜੇ ਪੈਰ ਵਿਚ ਹੈ ਫਸਦਾ ਬੀ ਸਜੇ ਹਥ ਵਿਖੇਕਰੇ ਅਰਜੇਕਰ ਖਬੇ ਪੈਰਵਿਚਹੈ ਖਬੇ ਹਥ ਦੀ ਨਾੜੀ ਖੋਲੇ ਕਿਓਂਕਿ ਮੁਕਾਬਲੇਦੇ ਪਾਸੇ ਮਾਦਾ ਸੁਖਾਲਾਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ॥

ਅਰ ਏਸੇਤਰਾਂ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਕਿ ਜਿਗਰ ਦਾ ਮਾਦਾ ਫਿਰਾਨਾ ਚਾਹੀਏ ਖਬੇ ਹਥ ਵਿਚ ਖੋਲਨਾ ਚਾਹੀਏ ਅਰ ਦਿਲ ਅਰ ਤਿਲੀ ਦੇ ਮਾਦੇ ਕੇ ਵਾਸਤੇ ਸਜੇ ਹਥ ਵਿਚ ਖੋਲੇ ਅਰ ਏਹ ਜੋਆਖਿਆਹੈ ਕਿ ਮਾਦਾਅਹਿਸਾਕਹੀਏ ਝਿਲੀ ਦੇ ਨਿਕਾਲਨੇ ਵਿਚ ਮੁਖਾਲਫਤ ਕਹੀਏ ਉਲਟੇ ਦੀ ਰਿਆਇਤ ਚਾਹੀਏ ਵੋਹ ਏਸ ਸੂਰਤ ਵਿਚ ਹੈ ਕਿ ਮਾਦਾ ਅਬੀ ਆਕਰ ਗਿਰਤਾ ਅਰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਕਿ ਮਾਦੇ ਦਾ ਜੋਸ਼ ਥੰਮਗਿਆ ਅਰਜੋਰਤੋਂ ਡਗਨਾ ਹਟ ਗਿਆ ਉਸਵੇਲੇ ਇਨਾਂ ਰੋਗਾਂਦੇ ਵਾਸਤੇਦੁਖ ਲੇ ਜੋੜਦੇ ਪਾਸੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੇ ਫਸਦ ਖੋਲਨਾਚਾਹੀਏਤਾ ਕ ਉਸ ਜੋੜ ਵਿਚੋਂ ਮਾਦਾ ਨਿਕਲੇ ਜੈਸਾਕਿ ਜਾਤੁਲਜੰਬ ਆਦਿਕ ਮੈ ਭੀ ਜਿਕਰ ਆਇਆਹੈ ਔਰ ਇਸੀ ਤਰਹਾਂ ਕਿ

ਜਿਸਵੇਲੇ ਜਾਹਿਰੇ ਜੋੜ ਵਿਚ ਮਾਦਾ ਰਹਿਜਾਏ ਤਨਕੀਆ ਕਹੀਏ ਸਫਾਈ ਉਸੇ ਜੋੜ ਦੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਏ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸਵਕਤ ਅਮਾਲਾਂ ਕਹੀਏ ਇਲਾਜ ਖੇਫਾਇਦਾ

ਇਸ ਕਰਕੇ ਖੇਫਾਇਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਕੀ ਹਰਕਤ ਕਹੀਏ ਹਿਲਣਾਂ ਹਟ ਗਿਆ ਹੈ ॥

ਰਸਾਲਾ ਤਪ ਸੰਪੂਰਨੰ

ਸੰਮਤ

ਸ੍ਰੀਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸ਼ਾਹੀ

੪੪੪